

طفلي

د. عادل بن عبدالله العبدالجبار

الطبعة الأولى

دار الحضارة للنشر والتوزيع



ح دار الحضارة للنشر والتوزيع، ١٤٣٣هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

العبد الجبار، عادل عبدالله

طفلي - (بيوت مطمئنة - ٧) عادل عبدالله عبدالجبار،

الرياض، ١٤٣٣هـ

٢٠٨ ص؛ ١٩ × ٢١ سم

ردمك: ٣ - ١٨٠ - ٥٠٦ - ٦٠٣ - ٩٧٨

١ - العلاقات الأسرية ٢- الزواج (فقه إسلامي) ٣- المرأة في الإسلام

أ. العنوان ب السلسلة

ديوي ٢١٩,١ ١٤٣٣/٧٥٨١

رقم الإيداع: ١٤٣٣/٧٥٨١

ردمك: ٣ - ١٨٠ - ٥٠٦ - ٦٠٣ - ٩٧٨

الطبعة الأولى

١٤٣٣هـ / ٢٠١٢م

دار الحضارة للنشر والتوزيع

ص.ب ١٠٢٨٢٣ الرياض ١١٦٨٥

هاتف: ٢٤٩٦٥٥٥ - ٢٧٨٧٣٣٣ فاكس: ٢٤٨٣٠٠٤

المستودع تلفون: ٢٤١٦١٣٩ فاكس: ٢٤٢٢٥٢٨

الرقم الموحد: ٩٢٠٠٠٠٩٠٨


بسم الله الرحمن الرحيم





المقدمــة

الحمد لله القائل في كتابه العزيز: ﴿ مَنْ عَمِلَ صَٰلِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةً طَيِّبَةً ﴾، والصلاة والسلام على سيدنا ونبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين ..

أما بعد:

فهذا كتاب (طفلي) ضمن سلسلة (بيوت مطمئنة) للدكتور عادل العبدالجبار.

حَوَت هذه السلسلة خلاصة تجاربه مع برنامجه الأسري المتميز (بيوت مطمئنة) والذي يبث أسبوعياً عبر أثير إذاعة القرآن الكريم، إضافة إلى استشارات ومشاركات متميزة.

وتتميز هذه السلسلة بتنوعها، ففيها ما هو خاص بالمتزوجين والمتزوجات، وما يتناسب مع الفتيات، وما يناسب الأسرة بعامة، من قصص وعبر ونصائح وتوجيهات ودرر وفوائد.

سائلين الله تبارك وتعالى أن ينفع بها، وأن تكون سبباً في سعادة البيوت واستقرارها.. إنه ولي ذلك والقادر عليه.

الناشر





العطف الحقيقي على الطفولة

العطف الحقيقي على الطفولة هو الذي يرعى صالحها في مستقبلها لا الذي يدمر كيانها ويفسد مستقبلها، فإن كان ولابد من العقوبة البدنية فعلينا أن نراعي احترامنا لكيان الصغير وتقديرنا لإنسانيته، وقبل أن نشرع في العقوبة لنتأكد بأننا قد قمنا بالخطوات التالية:

- التوجيه والإرشاد.
- التوبيخ.
- التهديد بالتنفيذ.
- تنفيذ العقوبة المعنوية.
- معرفة الشروط الشرعية للعقوبة البدنية قبل تنفيذها .



الإفراط في العقوبة الجسمية

الإفراط في العقوبة الجسمية له مضار جسيمة منها: أن يألفها الطفل، وقد يصبح بليدًا لا يهتم، بل يُخشَى أن يلجأ لتحقيق ذاته بأساليب منحرفة، وعندما يكبر يكون فاشلًا ذليلًا يخاف من ظله، أو جبَّارًا قاسيًا يقهر من دونه، وكلاهما خسارة ما بعدها خسارة !.



يجب أن يُبتعد عن الضرب في الأماكن الحساسة، عملًا بالتوجيه النبوي الشريف: (إذا قاتل أحدكم أخاه فلا يلطمن الوجه) رواه مسلم؟



مناداة من هم أكبر منه سنًّا

الطفل الصغير لا يبالي بمناداة من هم أكبر منه سنًا بألقاب تسبق أسماءهم؛ لأنه لا يعي ذلك في سن مبكرة ولا يُحاسب عليه، ولكن عندما يصل إلى مرحلة عمرية ليست متقدِّمة بالدرجة الكبيرة لا بد من تعليمه كيف يُنادى الآخرون باستخدام الألقاب؛ لأن عدم الوعي سيترجم بعد ذلك إلى سلوك غير مهذب .



كلمتان مهمتان

على كل أب وأم أن يختزنا نصائح الإتيكيت التالية في تفكيرهما لتربية أبنائهما على الطلب والشكر هناك كلمتان مهمتان جدًّا: كلمة من فضلك عند طلب شيء، وكلمة شكرًا عند إنجاز الطلب .





احترم خصوصيتهم

لكي يتعلم طفلك احترام خصوصيات الكبار، لابد وأن تحترم خصوصياتهم:

- لا تقتحم مناقشاتهم.
- لا تنصت إلى مكالمتهم الهاتفية.
- لا تتلصص عليهم.
- لا تفتش في متعلقاتهم.
- انقر الباب واستأذن قبل الدخول عليهم.

ولا تتعجب من هذه النصائح لأن تربية الطفل في المراحل العمرية الأولى واللاحقة ما هي إلا مرايا تعكس تصرفات الوالدين وتقليدًا أعمى لها .



لعب الأطفال

من خلال السلوك المتبع في اللعب بين الأطفال تنمو معه أساليب للتربية عديدة بدون أن يشعر الآباء:

- روح التعاون.
- الاحترام للآخرين.
- الطيبة.
- عدم الأنانية.



- حب الذات.

ويتم تعليم الأطفال ذلك أيضًا من خلال مشاركة الآباء لهم في اللعب بتقليد ردود أفعالهم .



نعمة عظيمة

الأطفال نعمة عظيمة أنعم الله بها علينا وزين بها حياتنا، وواجب كل أب وأم أن يقدروا هذه النعمة في حياتهم، ويؤدوا واجبهم في حمدها والحفاظ عليها، لكن ما نراه اليوم عكس ذلك حيث غياب دور الوالدين الرقابي تجاه أبنائهما مع انتشار الفضائيات التي تقتل وتشوه براءة أطفالنا بما يعرض فيها من برامج تزرع وتعزز فيهم السلوكيات الشاذة والخارجة عن نطاق قيمنا الإسلامية وعاداتنا.



العنف عند أطفالنا

بكل صراحة ! أصبح العنف يظهر بشكل واضح على سلوكيات أطفالنا؛ لأن الطفل في بداية العمر يعتمد على مهارة التعليم بالتقليد، لهذا فإن إهمال الأبوين يعد جريمة في حق أطفالهما عندما يتركان الأطفال أمام شاشات هذه الفضائيات المدمِّرة دون أي نوع من الرقابة على ما يشاهدونه. أطفالنا ثروتنا الحقيقية في هذه الحياة؛ فيجب علينا أن نحافظ على هذه الثروة، فهم أمل المستقبل .





كم يضحك الأطفال في اليوم؟

الأطفال يبتسمون ويضحكون حوالي ٤٠٠ مرة في اليوم مقارنة بالكبار الذين يبتسمون ١٤ مرة فقط في اليوم، ولك أن تتصور هذا الفارق الشاسع وكأن الناس ينسون الابتسامة كلما تقدموا في العمر، فنحن نجد أن ضغوط الحياة قد شغلتنا عن أنفسنا وأبنائنا وعن مشاركتهم الابتسامة والإحساس بالسعادة، حيث إن الآباء هم المعلم الأول للأبناء، ومن شب على شيء شاب عليه، ولذلك وجب علينا أن نتعلمها نحن أولًا حتى نعلمها أطفالنا .



ابتسم لطفلك

الابتسامة هي المفتاح لكافة القلوب والعقول المغلقة، وهي الدواء الشافي للصدور والنفوس والدم المتجدد في العروق والمهدئ الرباني للأعصاب، فابتسم لطفلك؛ لتبتسم لك الحياة معه، ولا تجعل أي مكان للعبوس أو التكشير في أجمل اللحظات لأطفالنا، وتذكر أن الطفل ينتظر ملاعبة والديه له على أحر من الجمر .



إفشاء الأسرار

يلجأ الطفل إلى إفشاء أسرار المنزل من غير قصد لأسباب مختلفة، لعلّ أبرزها: شعوره بالنقص، أو رغبته في أن يكون محط الانتباه والإعجاب، أو ليحصل على أكبر قدر من العطف والرعاية. وعادةً، يتخلّص الطفل من هذه العادة عندما يصل عقله إلى مستوى يميّز فيه بين الحقيقة والخيال. بالمقابل يأبى بعض الأطفال التفوّه بأي كلمة عن تفاصيل حياتهم في المنزل أمام الغرباء حتى عندما يسألونهم عنها، وهذا من حسن التوجيه .



الطفل في سن ثلاث سنوات

من الخطأ ترك الطفل في سن ثلاث السنوات الأولى للمربية والخادمة، فهي التي تقوم بتنظيفه وتهيئة اللباس له وإعداد طعامه، وحين يستعمل الرضاعة الصناعية فهي التي تهيئها له، وهذا - بلا شك - يفقد الطفل قدرًا من الرعاية النفسية هو بأمس الحاجة إليه، وإذا ابتليت الأم بالخادمة فينبغي أن تحرص في السنوات الأولى الثلاث أن تباشر رعاية الطفل بنفسها، وتترك للخادمة إعداد الطعام في المنزل أو تنظيفه أو غير ذلك .





سعادة الطفل

جميل جدًّا أن تعرف الأم والأب أن سعادة الطفل تتحقَّق في التعامل الصحيح مع نفسه وليس مع جسده؛ كثوبٍ جميلٍ يرتديه، أو حُليٍّ يتزيَّن بها، أو مَظهر جذَّاب يحصل عليه .

أجمل مما سبق أن يتخلص الطفل من الألم حين يمتلك الوقاية من الإصابة بالأمراض النفسية: كالغيرة والعناد والكذب، وذلك بقيام الوالدين بدورهما الحقيقي في ذلك والعناية به.



إظهار المحبة

يجب على الأم أن تظهر المحبة بالشكل الصحيح وبالقدر اللازم؛ لتروي بذلك ظمأ أطفالها وتجعلهم يشعرون بالاستقرار والهدوء، وتنمي في داخلهم براعم التقدم والرقي، بل يجب على الأم أن تنتبه إلى أن النقص في المحبة وفقدان العاطفة هو أكثر ألمًا من الجوع وأكثر حرقة من الظمأ ، كيف لا؟! وفقدان العاطفة والمحبة تجاه الأطفال يؤدي إلى ذبول النمو واضمحلال دعائم الشخصية عندهم .



شعور الطفل بالأمن

يجب غرس الشعور بالأمن في نفس الطفل من خلال التعاطف معه، وفهم أفكاره ومشاعره ومشاركته فيها، وتنمية حرية التفكير لديه. إذا شعر الطفل بأن الآخرين يسخرون منه ويستهزئون من مخاوفه فلن يشاركنا بمشاعره في المستقبل، وهكذا نكون قد أضرَرْنا بالطفل، والعكس هو الصحيح، فإذا فهمنا مشاعر الطفل وتفهّمنا مخاوفه فسوف يشاركنا فيها، ويتعلم منا طرقًا للتعامل مع هذه المخاوف.



ثقة الطفل بنفسه

حاول زيادة ثقة الطفل بنفسه من خلال الدعاء، ففي المناهج الغربية للتغلب على الخوف والذعر يعلِّمون الأطفال مجموعة من العبارات لِبَثِّ الأمان في نفسه مثل: سأكون بخير، وأنا قادر على التغلب على المشكلة I can do it ، ويمكن أن نعلِّم الطفل المسلم عبارات مثل: الله معي، أو أن يقرأ آيات قرآنية مثل الفاتحة والمعوذتين.



طفلك مرآتك

اعلمي أن طفلك ما هو إلا مغناطيس يلتقط كل ما يسمع ويرى، فهو مسجِّل يسجِّل كل الأحداث، فترينه بعد فترة يعيد كل ما سجَّل والتقط، هو لا يعلم الصحيح من الغلط، ولكنه سمعكِ ورآكِ، فأنت مدرسته وهو يتعلم منكِ.





في لحظات الغضب

احرصي كل الحرص على كلامك مع أطفالك خاصة في لحظات غضبك وانفعالك، لا تدعي عليهم إلا بالخير، وحاولي أن يكون كلامك كلامًا طيِّبًا، ودعواتك أيضًا بدلاً من أن تقولي: اللّه يقلعك.. وجع يوجعك.. قولي: اللّه يهديك.. اللّه يوفقك.. اللّه يصلحك. وبعدها سوف تجدين طفلك يقول مثلكِ، وسوف يتعلم وينشأ على الكلام الطيِّب.



الابتسامة في وجه أطفالنا

الابتسامة في وجه أطفالنا تحتوي على كثير من المعاني الجميلة التي تعبر عن الود والحب والقبول والتسامح وغيرها من الصفات المحببة لهم، كما أنها تعمل على صفاء نفوسهم البريئة وعدم النفور من الآخرين، فهي كالمسكِّن الذي يداوي الألم، كما أنه ينشط في أنفسهم تقبُّل الآخرين، خاصة إذا كانت من الوالدين وبشكل مستمر .



أعلني حبك له

- اجعلي طفلك يشعر أنك تحبينه، وأعلني هذا الحب وتغني به.
- شاركيه ضحكاته وضميه وقت بكائه، فهو في أشد الحاجة إلى عطفك وحنانك وصداقتك.
- أخبري طفلك أنك تحبينه كثيرًا وأنك سعيدة؛ لأنه يستمع إلى كلامك ولا يزعجك.
- اسعي دائمًا أن تهمسي له بعبارات إيجابية ومختصرة ولا تطيلي أو تنصحي، وستجدين مدى قابليته للتحسُّن في اليوم التالي .



التسوق برفقة الأطفال

عندما تذهبين مع طفلك للتسوق تواجهين إلحاحًا منه لشراء كل ما تقع عليه عيناه.

الإجابة التقليدية منك ستكون: ليس معي فلوس تكفي! وهذه ستشعره بأن ما يطلبه ليس مهمًّا لديك، والأخطر أنه سيقيس الأمور من منطلق مادي، ولتفادي هذا المأزق يقترح خبراء التربية هذه الأفكار:

- ذكِّري طفلك أو طفلتك إذا ما أعجبه غرض وأراد شراءه أن لديه ما يشبهه.
- أخبريه بأن هذه السلعة لا تستحق الشراء وأقنعيه بهدوء.





الطفل الأناني

قد يتعلم الطفل الأنانية من إخوته الذين يستحوذون على الأشياء ويمنعونه من المشاركة معهم، ولأن الآخرين قد لا يهتمون به فيستمتع هو بكل ما يحصل عليه لأطول وقت ممكن؛ لعدم إحساسه بالأمان، وخوفًا من ألا يحصل عليه مرة أخرى..الطفل الأناني طفل خائف يشعر بالضعف والعجز والأشياء التي يحتفظ بها ما هي إلا أداة تمنحه القوة والثقة؛ لأنه لا يثق بنفسه، وعندما يكبر يصبح بخيلًا في العطاء .



دواؤك أنت أهم من دواء الطبيب

عندما يمرض طفلك يحتاج إلى العلاج، فبالرغم من وجود الطبيب ووجود الدواء إلا أن العلاج الأهم هو حنانك !! نعم حنانك.. فطفلك عند مرضه يحتاج منك الحنان. فالقبلة على جبينه، واللمسة الحانية على شعره ورأسه، والحضن الدافئ يعتبر من أكبر وسائل علاج الطفل الجسدي والنفسي.



خطأ فادح

ذكر مساوئ الطفل أمام الآخرين خطأ فادح تقوم به بعض الأمهات في محاولة لتفريغ شحنات غضبهن وألمهن من عناد أطفالهن المؤذي. إن سماع الطفل مثل هذه الأحاديث تزيد عقدة الإهانة عنده، الأمر الذي يزيده عنادًا.



فقدان الحرية

إن الطفل الذي يفتقد الحرية في المرحلة الأولى من طفولته يكون كالنبات الفاقد للهواء النقي، فينمو ضعيفًا مصفرًا لا يعجب الناظرين، والأجدر بالوالدين أن يتحلَّيا بالصبر أمام عبث الطفل المعاند وطريقة أكله ولعبه ومشيه ما عدا إيذائه للآخرين.



التلعثم عند الطفل

يقصد بالتلعثم عند الطفل عدم قدرة الطفل على التكلم بسهولة، فتراه يتهته ويجد صعوبة في التعبير عن أفكاره، فتارة ينتظر لحظات حتى يتغلب على خجله وأخرى يعجز تمامًا عن النطق بما يجول في خاطره .

التلعثم ليس ناشئًا عن عدم القدرة على الكلام، فالمتلعثم يتكلم بطلاقة وسهولة في الظرف المناسب، أي: إذا كان يعرف الشخص الذي يكلمه، أو إذا كان أصغر منه سنًا أو مقامًا.





الشخير أثناء النوم

أوضح بحث جديد في لوس أنجلوس أن الأطفال الذين يشخرون أثناء النوم عرضة لمواجهة مشكلات في التعلم والسلوك أكثر من أولئك الذين يستغرقون في النوم دون مشاكل ، وقالت الباحثة بقسم أمراض الأطفال في جامعة لويزفيل: وجدنا أن الشخير وحده دون أي مرض آخر تصحبه زيادة في خطر التعرض لمشكلات إدراكية لدى الأطفال.



ألفاظ تضر بالطفل

اذهب عني.. اتركني الآن يا غبي.. ما تفهم أبدًا ..هششششش.. انقلع.. أنت كذَّاب!!

كل هذه الألفاظ وغيرها تقولها الأم لطفلها أثناء انشغالها أو لتكرار تحدُّث الطفل .. أو عند عدم فهمه لها . للأسف هذه الألفاظ تضر الطفل وتحبط قدراته، وتكوِّن عنده العقد النفسية، ويفقد الثقة بنفسه وقدراته، وفي نفس الوقت تكون لدى الطفل حصيلة لغوية غير مناسبة لسنه الصغير.





لعب الأطفال

لعب الأطفال أنواع عديدة، لا يقل أي نوع أهمية عن الآخر، ولكن النوع الأكثر تأثيرًا في الطفل والذي يرافقه من سن الثانية من عمره حتى قبيل فترة المراهقة هو اللعب الإيهامي، وهو لعب يتخيل فيه الطفل أنه يقوم بأدوار وشخصيات خيالية ويتحدث معها ويقلدها، ومع أنها خيالية إلا أنها نتيجة للتجارب التي مر بها الطفل، وما قام به عقله من تخزينه في بنك معلوماته وخبراته.



الأطفال في عيادة الأسنان

سلوك الأطفال في عيادة الأسنان يختلف من طفل لآخر بحسب الرعاية المقدَّمة له في البيت، فهناك طفل خائف - طفل قلق - طفل خجول - طفل مقاوم. وطبيب أسنان الأطفال مؤهَّل بشكل كافٍ لتحديد نفسية الطفل والتعامل معه بالشكل المناسب. لذلك ينصح الآباء بالآتي:

- اترك الطفل يعبّر للطبيب بطريقته الخاصة .
- لا تتدخل بين الطفل والطبيب واترك العلاقة مباشرة بينهما.
- لا تتدخل في عمل الطبيب وتطرح الأسئلة أثناء تقديم العلاج؛ لأن هدف الطبيب هو تقديم علاج ناجح ومناسب ومريح لطفلك عند مغادرة العيادة.
- أخبر طفلك أنه قام بعمل رائع وأنك فخور به، واطلب منه أن يسلم على الطبيب ويشكره.





الاعتدال في الاعتذار

- لا تفرطي في استعمال الاعتذارات أو ستفقدين مصداقيتك.
- لا تعتذري عن كلّ شيء صغير لا يحبه طفلك.
- حددي اعتذاراتك إلى الحوادث الموجعة المباشرة.
- لا تعتذري عن الانضباط الصحيح أو العقاب الشرعي.



ضرب الأطفال

أظهرت دراسة علمية أن ضرب الأطفال المتكرر على أيدي آبائهم وأمهاتهم يعوق النمو العقلي والذكاء لدى هؤلاء الأطفال، وأشارت إلى أن الضرب ولو مرة كل أسبوعين يؤثر على ذكاء الأطفال.



لحظة الضرب

عندما يصفع الآباء أبناءهم فإن ما يحدث هو أن الطفل يتوقف عن ممارسة السلوك الخاطئ لحظة الضرب، لكن هؤلاء الآباء لا ينظرون إلى المستقبل، ولا يدركون مدى الضرر الذي ألحقوه بأبنائهم؛ نتيجة الضرب.





طفلك شخص كامل

إن طفلك ليس نصف شخص، ولكنه شخص كامل، له عقل وأفكار ومشاعر وأحاسيس، بل إنه أشد حساسية من البالغين، فلماذا تهمله عندما يتحدث إليك ؟



فوائد الحوار

- يعلمه الطلاقة في الكلام.
- يساعده على ترتيب أفكاره .
- يدرِّبه على الانتباه والإصغاء.
- ينمِّي شخصيته.
- يقوِّي ذاكرته.
- يزيده قربًا منك، ويزيدك قربًا منه.



القدوة هي الأساس الأول

عجبتُ لآباء وأمهات في مجتمعنا لا يعرفون من التأديب غير القمع والإهانة، ولا من التهذيب غير الإحباط والتثبيط، ولا من التوجيه غير المنع والقهر. لقد تناسى هؤلاء وأولئك أن القضية إنما تبدأ وتنتهي بالقدوة الحسنة أو السيئة، وأبناؤنا نحن



قدوتهم ، فإن صدقنا يصدقون، وإن كذبنا يكذبون، وإن استرجلنا يسترجلون، فهم لخطواتنا متبعون، ولتصرفاتنا مقلدون، فالقدوة هي الأساس الأول!.



المقاطعة

أصعب ما يواجهك في التعامل مع طفلك إذا كنت مسترسلًا في الحديث مع أحد وقاطعك. فماذا تفعل ؟

عليك بتوجيهه على الفور أثناء المقاطعة ولا تنتظر حتى تصبح عادة له، لكن بهدوء، وبالتالي يجب ألا تقاطع طفلك أثناء حديثه معك أو مع غيرك، واستمع له جيدًا ولو لم يكن يقول شيئًا مهمًّا، أو استأذن منه كي تتكلم مع غيره قائلًا: بعد إذنك يا بطل سأكلِّم ماما!.



أصول استخدام الهاتف !

عندما ينطق الطفل بكلماته الأولى يجد الأب سعادة بالغة؛ لأنه يشعر آنذاك أن طفله كبر، ولاسيما مع الأصدقاء من خلال المحادثات الهاتفية لكن قد يزعج ذلك بعضهم ولا مانع منه إلا بعد أن يستوعب الطفل الكلام، وكيف ينقل الرسالة إلى الكبار. بعض الأطفال قد يكون له أصدقاء بالمدرسة ويحب أن يتواصل معهم بالهاتف فلا ترفضوا طلبه لكن علِّموه أدب الاتصال.





عنف الأطفال

إن الطفل الذي تربَّى على عنف الأب سوف ينشأ متشبِّعًا بهذه الأفكار حينما يصبح أبًا، فمن المتوقع أن يمارس هو الآخر الدور الذي مارسه والده ضده؛ لاعتقاده أن ذلك السلوك هو المثال الصحيح الذي يمكن اتباعه .



صنف قليل

هناك آباء قاموا بتربية أطفالهم وحيدين ابتداء من سن الحضانة والرضاعة حتى سن الطفولة المبكرة والمتأخرة والمراهقة دون أن تعينهم امرأة أخرى أو خادمة، ونضج أبناؤهم وكبروا وهم يحملون تقديرا حقيقيًّا وصادقًا لذلك الأب الذي كافح وتعب لأجلهم. ومما يؤسف له أن هذا الصنف من الآباء قلة .



النصيحة القديمة والنصيحة الجديدة

النصيحة القديمة عندما يكون الرضيع محمومًا يعطى أسبرين الأطفال، وتمسح بشرته بالكحول لترطيب جلده .

النصيحة الجديدة لا يجوز أبدًا إعطاء الأسبرين للأطفال لأن ذلك يزيد لديهم احتمالات الإصابة بمتلازمة راي، وهو اضطراب صحي خطير يمكن أن يصيب الأطفال



الآخذين في النقاهة من مرض فيروسي ومسح جسم الوليد بالكحول لتخفيض الحرارة يعطي مفعولًا عكسيًّا؛ لأن الكحول تتبخّر على جلد الطفل.



حياة الطفل وتربيته مرتبطة بتعامل الوالدين بينهما

فإذا كان أسلوبهما هادئًا ومتماسكًا وقادرين على ضبط النفس فستنعكس التربية إيجابًا على حياة طفلهما، وإذا كان وضع الأسرة مستقرًا ذات ترابط عاطفي متين لا يعرف المشاجرات والمشادات الكلامية بين الأبوين فإن الطفل - بلا شك - سوف يتمتع بصحة نفسية سوية، وسيكون لها الأثر الأكبر على سلوكه وتربيته، ناهيك عمّا يمكن اكتسابه من عادات سيئة كالسب والشتم .



التربية الصحيحة

إن الشكل الصحيح والسليم لتربية الطفل تربية كاملة وناضجة هو اللجوء إلى الإرشاد التربوي والمستشار الخاص بغض النظر عن العادات والتقاليد؛ لأن العادات والتقاليد يكسبها من خلال والديه لا شعوريًّا؛ نظرًا لتصرفاتهم اليومية تجاه بعضهم بعضًا .



التوازن في تمثيل الأدوار

التوازن في تمثيل الأدوار داخل الأسرة من أهم عوامل نجاح الأسرة، فالأم هي منبع العاطفة، والأب هو المتميز بالوقار والاحترام والسلطة الأسرية الذي سيؤسس لأسرة فيها كافة مقومات الأسرة الناجحة على الصعيد التربوي التي تشكل أساس الاستقرار النفسي للطفل .



تعليم الطفل أسس النظام

تعليم الطفل أسس النظام لا بدّ أن يحضَّر لها ببرنامج تربوي توضع خطواته وفقًا لما يتناسب مع استعداده للتلقي والفهم، وهذا يجب أن يحضَّر له أيضًا بانفتاح واعٍ بعيدًا عن الاستبداد والتعنت وقول كلمة (لا) دون تقديم المبرر لذلك؛ حتى يفهم ويدرك الطفل أن هذا المنع إنما هو ناتج عن رغبة الأم في تجنيبه الخطر والوقوع في الخطأ، فكل طفل يشب وفي ذاكرته صورة مثالية عن أبويه؛ لذا يفترض تحليهما بثقافة واعية وانفتاح .



القدرة على التمييز

إن التعاليم الأخلاقية المتبعة لدى الأهل تمنع وقوع الطفل في بحر التشتت والكراهية، وبذلك يضعون مبادئ سلوكية على شكل قوانين تتعلق بالسلوك، وبالتالي



تصبح الأخلاق بالنسبة للطفل هي القدرة على تمييز السلوك الصحيح عن الخاطئ، ثم التصرف انطلاقًا من هذا التمييز المرهون بالمستوى الثقافي والتعليمي للأهل، يصاحبه حسن الإدراك والوعي اللذين يكتسبهما من مدرسة الحياة.



أجمل ما في طفلك

أجمل ما في طفلك هو ابتسامته الرائعة خصوصًا عندما يتمتع بأسنان سليمة، ولكن قد تتحول هذه الابتسامة إلى خجل من نظرات الناس إلى أسنانه وإلى آلام تمنعه من تناول الطعام. عندما تهمل الأم أسنان طفلها وتتركها من دون عناية ستكون النتيجة تسوس الأسنان والتهابات متكررة في مكان الألم. أطباء الأسنان يحمِّلون الأم المسؤولية إذا حدث تسوس لأسنان أطفالها في السن الصغيرة بسبب بعض الأخطاء التي تقع فيها عن غير قصد .



الأسنان اللبنية

بعض الآباء والأمهات يهملون علاج تسوس الأسنان اللبنية اعتمادًا على أنها ليست دائمة، ولكن هذا سيؤدي إلى حدوث التهابات تظهر في صورة ورم في الخد أو في اللثة، وقد تتحول هذه الالتهابات إلى إصابة اللوزتين بالالتهاب، بالإضافة إلى أن تألم الطفل من أسنانه يصرفه عن تناول الطعام؛ حتى لا يشعر بالألم أو يتناوله من دون مضغه، وبالتالي يتعرض الطفل للإصابة بسوء الهضم أو سوء التغذية وما يتبعهما من مشكلات.





الكذب على الأطفال

مهم جدًّا أن لا نكذب على الأطفال ولو كنا مازحين، وإذا وعدناهم بشيء يجب أن نفي، كما يجب أن نحفظ ألسنتنا أمامهم ونحذِّرهم من الكلام البذيء، ونعودهم على النظافة والعادات الصحية السليمة وإبراز العلاقة السليمة.



الخلافات بين الوالدين

الخلافات بين الوالدين تسبب للطفل صراعًا نفسيًّا يفقده الحب والحنان لهما؛ مما يدفعه إلى سلوك عدواني فيصبح معاديًا للمجتمع، كما ينبغي الابتعاد عن تفضيل أحد الأولاد على حساب الآخرين.



القسوة والدلال

أسلوب التربية في القسوة أو التدليل الزائد كلاهما خطأ فادح، فالقسوة تؤدي إلى تبلد الحس عند الطفل وعناده، والإسراف في التدليل يجعل الطفل غير واقعي، ولا يستطيع الاعتماد على نفسه في معظم الأمور .





حرمان الأطفال من اللعب

يغضب الآباء من لعب أبنائهم بالمنزل ويمنعونهم من ذلك وهم لا يدركون أن حرمان الطفل من اللعب يعرضه للكبت والاكتئاب واضطراب الشخصية.



النواهي والمحظورات

كثرة النواهي والمحظورات في حياة الطفل وقعها سلبي أكثر من إيجابي، وهي عمومًا تشل الإبداع وروح المبادرة والجرأة لدى الطفل، فالتوسط هو المطلوب، فنحن لا نشجع أبدًا أن يترك الأبناء دون منعهم من بعض التصرفات بضوابط معينة. لا نتقيد بقواعد الحياة الاجتماعية، وفي نفس الوقت لا نؤيد المبالغة في إصدار الأوامر والنواهي.



رفع الصوت في وجه الطفل

لا تصرخ ولا ترفع صوتك وأنت تصدر الأوامر لطفلك؛ لأنه سيتعلم الابتعاد عن الأشياء التي ينبغي له الاقتراب منها، ولكن بالتعليم والتدرج وليس بالصراخ في وجهه . إن الكبار عندما يصرخون في وجوه الأطفال لا يفعلون أكثر من توجيه الدعوة للطفل لأن يتحدى أكثر، وأن يستمر في السلوك السيئ أكثر.





ضع نهيك في قالب الحرص على سلامته!

حاول كلما نهيت طفلك عن أمر أن تضعه في قالب الحرص على سلامته؛ لتمنحه شعورًا بالأمن والأمان، وتبدد الهواجس لديه .إذا نهيت طفلك عن أمر فتمسَّك به؛ حتى تعلِّم ابنك حس الانضباط والاهتمام .



فهم أفكار الطفل

يجب على الآباء والأمهات فهم أفكار أطفالهم وأحاسيسهم ومشاعرهم انطلاقًا من رؤيتهم لا من رؤية الكبار، فما يبدو لهذين الوالدين تافهًا قد يكون في نظر أبنائهما مهمًّا جدًّا. إشراك الأبناء الصغار في حياة الأسرة بالاستشارة وأخذ رأيهم في بعض القضايا إشعار لهم بأهميتهم.



أقنع الطفل ولا تفرض عليه

كثيرًا ما نفرض على أبنائنا أوامر دون أن نحمِّل أنفسنا عناء تفسيرها أو تعليلها، أو شرح مغزى ما نريد من أوامرنا معتقدين أنه طفل صغير لا يفهم، وتغيب عن أذهاننا أنه وهو طفل يفهم أكثر مما نتصوَّر، ولو افترضنا جدلًا أنه لا يفهم واستمرت أوامرنا



تنهال على مسامع أبنائنا فإننا سنحولهم إلى آلات أو حاسوب يبرمج حسب إرادة مالكه أو مستخدمه الذي يضغط على زر الأوامر.



وصايا

- لا تجعل طفلك مجالًا لإفراز توترك والتنفيس عن معاناتك بكثرة النواهي .
- لا تنقل إحباطات طفولتك لأبنائك.
- لا تجعل علاقتك بطفلك علاقة الأعلى بالأدنى، والأقوى بالأضعف.
- تجتنب الأوامر الكيفية .
- لا تكن آلة لإصدار الأوامر .
- لا تجعل من ابنك آلة لتنفيذ الأوامر.
- احترم ابنك من خلال إقناعه، وعدم نهيه بطريقة استفزازية.
- لا تضغط عليه بإرغامه على أشياء فإن كثرة الضغط تسبب القلق والنفور.
- مارس الثناء والتشجيع؛ لتهيئة الطفل لتنفيذ ما يراد منه .
- لا تكثر من الأوامر، ولا تشعر أبناءك بمراقبتك الصارمة .



لو تجاوزنا الأوامر الكيفية

افعل.. لا تفعل.. كل.. نم.. اخرج.. لا تلعب.. لا تلمس هذا؛ فإننا لن نقدم لأبنائنا رصيدًا ذاتيًّا يكتسبون من خلاله معايير القيم التي تحدد لديهم الخطأ والصواب، والحق والباطل، والضار والنافع . إن استقلالية أبنائنا بشكل إيجابي رهين بمدى اكتسابهم لهذه المعايير من خلال سلوكياتنا اليومية.



من الحقائق الثابتة

من الحقائق الثابتة أن كل مولود يولد على الفطرة فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه الفطرة كما أشار إلى ذلك رسول اللّه - صلى اللّه عليه وسلم- تعني الجمال والكمال الخَلْقي والخُلُقي، وأقل ما في هذا الجمال أنه صفحة بيضاء نقية جاهزة للنقش واستقبال الرسائل التربوية الخارجية. هذا الصفاء وهذه الفطرة تستمر طيلة سن البراءة وهو سن مادون التمييز من المسؤول عن انحراف الأطفال إذن ؟



مع أننا نحبهم

أصبحنا آباء وأمهات ولدينا أطفال يعيشون نفس لحظات العمر التي عشناها، ونفس الأطوار التي مررنا بها ونفس الأحاسيس، على اختلاف بيننا وبينهم في الأذواق والاختيارات، ولكننا اليوم نسينا أننا كنا نشبههم حتى في معالم الصور وتقليد



الحركات؛ لأن الذاكرة صارت تحمل قضايا وهمومًا أكبر من حجم ذكريات وأحلام الطفولة، وبدأنا نمارس على أطفالنا أنواعًا مختلفة من التعذيب النفسي أو الجسدي مع أننا نحبهم ونتمنى لهم حياة أفضل.



الطفولة مصنع الرجال

يقول بعض أساتذة علم النفس: أعطونا السنوات السبع الأولى للأبناء نعطكم التشكيل الذي سيكون عليه الأبناء . الرجال لا يولدون بل يُصنعون من الطفولة .

وينشأُ ناشئُ الفتيانِ مِنا   عـلـى مـا كان عَوَّدَهُ أَبُوهُ



ثقافة التعامل مع الأطفال

هل تجدون أنه من الصعب جدًّا التعامل معَ الأطفال؟ هل التعامل مع أطفالكم يبدو بتلك الدرجة من الصعوبة بحيثُ يكونُ التعامل مع أطفال غيرنا خارجًا عن نطاق التفكير والاستنطاق ؟ الحقيقة أسئلة كثيرة تدور في نفس كل أب وأم حول ثقافة التعامل مع الأطفال، ووجوب الإيمان بأن صنع أي رجل أو أي فتاة لا يحتاج إلى شخص متعلِّم أو نافذ الذكاء ليعلم أن البداية تكون من الصِّغر .



تعلَّم فن النهي

من أخطاء الآباء الشائعة أنهم يصدرون النواهي كزعماء نصبوا أنفسهم للأمر والنهي وعلى غيرهم الخضوع والطاعة. إن الأطفال والناس عمومًا يرفضون ما يصلهم على شكل أوامر ونواهٍ، بينما يقبلونها إذا جاءتهم في صورة تمنٍّ! فثمة فرق شاسع بين أن توجه لطفلك: إياك أن تفعل ..لا تفعل، أو أن تقول له: أتمنى أن لا تقوم بهذا الشيء .



احذروا

احذروا الطفل الذي لا يقبل أن يكون ضحية ممارسات الاحتقار والاستهزاء من والديه؛ لأنه سيتمرد على كل قانون وعُرْف، وسيرفض كل أمر ونهي،وسيبالغ في إبراز ذاته واستقلاليته. والنتيجة: معاند مشاكس من الدرجة الأولى، متمرد على القيم والمثل التي تمثلها المؤسسة الأسرية، مستعد للانسياق وراء كل منحرف وجانح.



نوبات غضب الطفل

لا تسمحي لنوبات الغضب عند الطفل المدلل بالتأثير عليك ما دام أن الطفل المدلل يبقى في مكان واحد وليس متوترًا بدرجة كبيرة وليس في وضع يعرضه للأذى..



أهملي الطفل المدلل أثناء هذه النوبات، ومهما كان الأمر يجب ألا تستسلمي لنوبات غضب الطفل .



حقوق الوالدين

علّم الطفل احترام حقوق والديه، فقد تأتي احتياجات الأطفال من حب وطعام وملبس وأمن وطمأنينة في المقام الأول، ثم تأتي احتياجاتك أنت في المقام الثاني. أما رغبات الطفل مثل اللعب، أو نزواته مثل حاجته إلى مزيد من القصص عند النوم فيجب أن تأتي في المقام الثالث ووفقًا لما يسمح به وقتك.



قواعد السلوك مع الطفل

لا تتحدث كثيرًا عن قواعد السلوك مع الطفل إذا كان عمره عامين، فالأطفال في هذه السن لا يتقيدون بهذه القواعد، أما عندما يبلغ أربع أو خمس سنوات من العمر فيمكنك أن تبدأ بشرح الموضوعات التي تتعلق بتهذيب السلوك، وبعد عشر سنوات يجب الجلوس معه وإلزامه بها وتحذيره من مخالفتها واحترام حقوق الآخرين .



التغلب على الملل

علّم طفلك كيفية التغلب على الملل حتى يستطيع أن يسلّي نفسه بمفرده وقت انشغالك، فالطفل البالغ من العمر سنة يستطيع أن يشغل نفسه عشرين دقيقة متواصلة، أما عند الثالثة من العمر فمعظم الأطفال يستطيعون تسلية أنفسهم نصف الوقت، وبعد ١٠ سنوات يجب إعطاء ٧٠٪ من الحرية للطفل ليختار ما يريده مع التوجيه .



بكاء الطفل

قد يبكي الطفل إحساسًا بالألم أو الجوع أو الخوف، وفي هذه الحالات يجب الاستجابة له في الحال. أما بكاء الطفل لأسباب أخرى فلن يسبب أية أضرار له، فتجاهلي الطفل ولا تعاقبيه. ومع أنه لا يجوز تجاهل مشاعر الطفل فإنه يجب ألاّ تتأثري ببكائه، ولكي تعوضي الطفل المدلل تجاهلك له عند بكائه ضمّيه وعانقيه ووفّري له الأنشطة الممتعة في الوقت الذي لا يبكي فيه أو لا يكون غاضبًا.



علّم الطفل كيفية الانتظار

الانتظار يعلّم الطفل كيف يتعامل مع الضغوط والمعاناة بصورة أفضل، ويجب ألا تجنب الطفل مواجهة تحديات الحياة العادية، فحدوث التغيرات مثل خروج الطفل من



المنزل وبدء الحياة المدرسية يعد من ضغوط الحياة العادية، ومثل هذه الفرص تعلِّم الطفل المدلل وتجعله قادرًا على حل مشاكله.



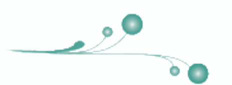
إلقاء الأوامر

إن إلقاء الأوامر طوال اليوم يعمل على توليد المقاومة عند الطفل، ولكن عندما تعطي الطفل سببًا منطقيًا لتعاونه فمن المحتمل أن يتعاون أكثر، فبدلًا من أن تقولي للطفل: اجمع ألعابك، قولي له: يجب أن تعيد ألعابك مكانها وإلا ستضيع الأجزاء أو تتكسر، وإذا رفض الطفل فقولي: هيَّا نجمعها معًا؛ وبذلك تتحول المهمة إلى لعبة.



تعامل الطفل بسوء أدب

إذا تعامل طفلك بسوء أدب فحاولي أن تعرفي الشيء الذي يستجيب له الطفل بفعله هذا، هل رفضت السماح له باللعب على الحاسوب مثلًا؟ وجِّهي الحديث إلى مشاعره فقولي: لقد رفضت أن أتركك تلعب على الحاسوب فغضبت وليس بإمكانك أن تفعل ما فعلت ولكن يمكنك أن تقول: أنا غاضب. وبهذا تفرقين بين الفعل والشعور، وتوجهين سلوكه بطريقة إيجابية، وكوني قدوة فقولي: أنا غاضبة من أختي، ولذلك سأتصل بها ونتحدث لحل المشكلة!.



طريقة التعامل مع الأطفال

لكل طفل شخصيته المنفردة التي تميزه عن غيره من الأولاد، وبالتالي فإن طريقة التعامل تختلف من طفل لآخر .. الكثير من الآباء يبحثون عن الأسرة المثالية وينشغلون في التفكير في مستقبل أولادهم مع أنه لا يوجد أطفال مثاليون ولا آباء مثاليون.



تقبلوا أطفالكم

جميع الأطفال يسيئون السلوك من وقت لآخر، وجميع الآباء يخطئون في أحيان كثيرة، وليس في ذلك غضاضة. وقد ينتابكم القلق على مستقبل أبنائكم، ولكن تذكروا أن لكل فرد شخصيته المستقلة، فتقبلوا طفلكم على ما هو عليه، وبالحب والتقدير والتشجيع ينشأ الطفل نشأة طيبة، ويحسن تقديره لنفسه.



من الحب للطفل

- من الحب للطفل أن يكون العقاب موجهًا لسلوك الطفل وليس لشخصه، بل يجب أن تصله رسالة مفادها: سلوكك غير جيد وغير محبوب وتستطيع أن تغيِّره، وأنت دائمًا محبوب وبغير شروط.
- من الحب للطفل أن أبتعد عن الصراخ والضرب والشتم وعبارات التبرؤ: لست ابني، لم أعد أحبك، وكذلك عبارات المقارنة مع إخوته !.





متى يؤتي العقاب ثماره؟

إن العقاب لا يؤتي ثماره إذا كانت العلاقة بين الطفل والمربي سيئة ومضطربة ويشعر فيها الطفل بمشاعر سلبية تجاه المربي: كمشاعر الكره أو الخوف أو مشاعر متناقضة ما بين الحب والكره، لذلك ابدأ بتحسين العلاقة ثم طبِّق العقوبة .



كيف أجوّد وأمتّن العلاقة النفسية بيني وبين طفلي؟

- كن أيها المربي مستمعًا جيدًا لطفلك ولا تقاطعه أثناء حديثه.
- لا تكن قلقًا بشأن ملابسك حينما تداعب أطفالك.
- إذا نصحت طفلك في أمر ما لأول مرة فلا تتوقع أن يطبق ما قلته من أول وهلة.
- لا تختم يومك وأنت على خلاف مع طفلك .
- اغمز بعينك لطفلك حينما يكون بينكما سر مشترك خاصة إذا كان هناك اجتماع عائلي، فهذا يجعله يثق بنفسه وأنك تعامله كرجل.



الذاكرة عند أطفالنا

تمثّل الذاكرة عند أطفالنا أحد أهم العناصر الأساسية التي يعتمد عليها النمو العقلي والإدراكي، إذ يخزّن فيها خبراته ومعارفه منذ ولادته، وقد أثبتت أبحاث علميّة حديثة أن الذاكرة البشرية تكون أكثر نشاطًا وتطوّرًا خلال مرحلة الطفولة مقارنة بالمراحل الأخرى من عمر الإنسان، وهو ما يجعلنا نتذكّر أشياء حدثت لنا في طفولتنا مع أننا ربما ننسى ببساطة أحداثًا وقعت لنا بالأمس القريب!



أخطاء تربوية بحق أطفالنا

ثمة أخطاء يقع فيها بعض الآباء والأمهات تؤثّر بشكل سلبي على ذاكرة الأطفال، ومن أبرزها: العقاب الشديد للطفل خصوصًا العقاب البدني المؤلم، وعدم تشجيعه إذا قام بأمر جيّد، المبالغة في حرمانه.



لا تدفع طفلك للفشل

لا تدفع طفلك للفشل بأن تطلب منه القيام بأشياء غير مهيأ لها، وحينها تكون ردة فعل غير تربوية . سر مع طفلك على الأقدام أو بالدراجة أو بالسيارة، وتبادل معه أطراف الحديث، فهذا أمر يعزز الثقة في نفسه.





من الأخطاء الكبيرة

من الأخطاء الكبيرة أن تقوم بتحويل قناة التلفاز أثناء مشاهدة ابنك لبرنامجه المفضل مما يجعله ينظر إليك نظرات كره أنت السبب الأول في صنعها . لا بأس أن تطلب الإذن من طفلك بتغيير القناة، فإن رفض فحاول أن تقنعه، فإن رفض فقل له: بابا مع السلامة، توقعت أنك ستلبي طلبي لكن لم تفعل، إذا انتهى برنامجك فأخبرني، واذهب وكن تربويًّا واضبط أعصابك .



نصائح متفرقة

- لا تجب على أسئلة طفلك بطرح أسئلة أخرى فهذا يشتت أفكاره .
- لا تسخر من طفلك ولو مازحًا، فالسخرية تزيد المسافة بينكما، بل داعبه وضاحكه، وكن مرحًا معه بدون حدود.



لا تحاول

أن تحقق ما كنت تحلم به في طفولتك من خلال طفلك، فهذا خطأ كبير يجب الابتعاد عنه.





لا تجعل

طفلك يشعر أنك تراقبه طوال الوقت بل حاول التغافل عنه؛ ليكون على طبيعته دون مراقب.



الصرامة والشدة

يعتبر علماء التربية والنفسانيون هذا الأسلوب أخطر ما يكون على الطفل إذا استخدم بكثرة، فالحزم مطلوب في المواقف التي تتطلب ذلك، أما العنف والصرامة فيزيدان تعقيد المشكلة وتفاقمها، حيث ينفعل المربي فيفقد صوابه، وينسى الحِلم وسعة الصدر، فينهال على الطفل معنِّفًا وشاتمًا له بأقبح وأقسى الألفاظ، وقد يزداد الأمر سوءًا إذا قرن العنف والصرامة بالضرب.



عدم العدل بين الإخوة

يتعامل الكبار أحيانًا مع الإخوة بدون عدل فيفضلون طفلًا على آخر؛ لذكائه أو جماله أو حسن خلقه الفطري أو لأنه ذكر، مما يزرع في نفس الأطفال الآخرين الإحساس بالغيرة تجاه أخيهم، ويعبرون عن هذه الغيرة بالسلوك الخاطئ والعدوانية



تجاه الأخ المدلل؛ بهدف الانتقام من الكبار، وهذا الأمر حذّرنا منه الرسول صلى الله عليه وسلم حيث قال عليه الصلاة السلام: «اتقوا الله واعدلوا في أولادكم».



ضرب الطفل

ثبت أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «إذا ضرب أحدكم فليتق الوجه» رواه أبو داود .

ماذا نقول لمن يضرب طفله على وجهه كفًّا بل كفوفًا دون رحمة؟!



إفشاء أسرار المنزل

إذا كان طفلك يفشي أسرار منزلك فلا تنزعجي، فبعض الأطفال يتمتعون بخيال واسع يدفعهم إلى اختراع القصص، وقد يلجأ الطفل إلى الكذب والمبالغة من غير قصد؛ لأن ذاكرته تعجز عن الاحتفاظ بكل التفاصيل، فيحذف بعضها، ويضيف أشياء من عنده. هذا الأمر يزول عادة عندما يكبر الطفل ويصل عقله إلى مستوى يميز فيه بين الحقيقة والخيال، وقد تكون المبالغة نتيجة شعور الطفل بالنقص، أو رغبة منه في أن يكون مركز الانتباه.



لماذا يفشي الطفل أسرار المنزل؟

ابحث عن أسباب إفشاء الأسرار عند طفلك، وما الذي يدفعه إلى ذلك؟

فإن كان يفعل ذلك للحصول على الثناء والانتباه فأعطه المزيد من الثناء والتقدير لذاته ولما يقوم به، وإذا كان السبب هو حماية للنفس فكن أقل قسوة، وكافئ طفلك إن التزم الصدق ولم يفشِ الأسرار.

وعلى الكبار المحيطين بالطفل التزام الصدق وعدم إفشاء أسرار غيرهم أمامه؛ لأنه قد يقلِّد من في البيت؛ لذلك يجب أن ننتبه لأنفسنا لنقدم لهم نموذجًا مثاليًّا.

مناداة الصغير

مناداة الصغير بأبي فلان، أو الصغيرة بأمّ فلان ينمّي الإحساس بالمسؤولية، ويُشعر الطّفل بأنّه أكبر من سنّه، فيزداد نضجه، ويرتقي بشعوره عن مستوى الطفولة المعتاد، ويحسّ بمشابهته للكبار. وقد كان النبي صلى الله عليه وسلم يكنّي الصّغار.

إهانة الطفل أمام الآخرين

من الأمور المهمة تجنب إهانة الطفل أمام الآخرين وعدم احتقار أفكاره، بل يجب تشجيعه على المشاركة، إعطاؤه قدره، وإشعاره بأهميته، وذلك يكون بأمور مثل:



- إلقاء السّلام عليه، وقد جاء عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ «أَنَّ رَسُولَ اللَّه مَرَّ عَلَى غِلْمَانٍ

فَسَلَّمَ عَلَيۡهِمۡ» (رواه مسلم: ٤٠٣١).

- استشارته وأخذ رأيه.
- توليته مسؤوليات تناسب سنّه وقدراته.
- استكتامه الأسرار .



اختناق أو غصة

عند تعرض الطفل للاختناق أو حدوث غصة؛ نتيجة ابتلاع شيء أو دخول جسم غريب إلى فمه، فإنه ينبغي التأكد من أن الاختناق لم يتسبب في إعاقة قدرة الطفل على التنفس أو البكاء أو الكلام، بجانب التأكد من أن الطفل يستطيع السعال بقوة؛ لأن هذا يعني أنه لا يوجد انسداد لمجرى التنفس .



سمنة الطفل

سمنة الطفل مرض، ولن نستطيع – الأمهات والآباء – أن نتخلص منها في أسبوع أو شهر، بل قد يتطلب علاجها شهورًا عديدة، فلا يأس ولا ملل في علاج هذا المرض القاتل لبراءة أطفالنا لا بد أن يفهم الطفل والمراهق أن سمنته مشكلته هو، وهو المسؤول عن علاجها، ومن ثم يجتهد في التخلص منها.





ردود فعل الطفل

تستغرب الأم أو الأب من ردود أفعال طفلهما ويعتقدان أن ما قام به كان سببه خجله، ولكن تصرف الطفل في حالات كثيرة قد يكون طبيعيًّا بل يعتبر حماية لشخصيته، فهناك ٤٠٪ من الأطفال يشعرون بالخجل، وحتى الثرثارون منهم يشعرون بذلك حين يلتقون أشخاصًا لا يعرفونهم.



رياضة الطفل:

يجب تشجيع الأطفال على ممارسة الرياضة من أي نوع، حيث إنهم يملكون طاقة ينبغي تفريغها في اللعب والرياضة وخاصة الرياضة المفيدة مثل: الكاراتيه، والكنغ فو، وكرة القدم، والجري، وكمال الأجسام .. هذا بصفة عامة. كذلك ممارسة الألعاب الترفيهية أمر ضروري؛ لأن الأطفال مجبولون على حب اللعب.



القراءة

القراءة تفيد الطفل في حياته، وتوسع دائرة خبراته، وتفتح أمامه أبواب الثقافة، وتحقق التسلية والمتعة، وتكسبه حسًا لغويًا أفضل فيتحدث ويكتب بشكل أفضل، والقراءة تعطي الطفل قدرة على التخيل وبعد النظر، وتنمي لديه الطفل ملكة التفكير السليم، وترفع مستوى الفهم .



سئل أحد العلماء العباقرة: لماذا تقرأ كثيرًا؟ فقال: لأن حياة واحدة لا تكفيني !!
وأشكر أمي على طفولتي.



القيادة الناجحة

لكي يصبح الطفل قائدًا ناجحًا في المستقبل لابد أن يتمتع بسمات القيادة ويملك مفاتيحها وهي: الثقة بالنفس، والحوار مع الآخرين، والعمل الجماعي، والاستعداد لذلك منذ الصغر، وعدم الأنانية، وتقدير الكبار، والاهتمام بالآخر. وأن يشعر الطفل بأن هناك احترامًا لرأيه وإجابة على تساؤلاته، وأن ننمي لديه التفكير الناقد، ويكون لديه القدرة على جمع المعلومات والاختيار بين البدائل.



ركِّز على مهاراته وقدراته المتميزة

لا تركِّز على الأشياء التي لا تحبها في طفلك، ولكن ركِّز على مهاراته وقدراته المتميزة، وشجع لديه هذه القدرات وامدحه عليها كثيرًا..إن كل طفل بداخله الكثير من الاختلافات، فقد تكون لديه نقاط قوة ونقاط ضعف، وقد يجيد شيئًا ولا يجيد آخر، مثله مثل كل البشر، فعلينا مساعدته لتنمية قدراته.



الكذب

الكذب لدى الأبناء من أبرز العادات الشائعة التي قد تستمر معهم في الكبر إذا تأصَّلت فيهم، وهذه العادة ناشئة في أغلب الأحيان من الخوف وخاصة في مرحلة الطفولة من عقاب يمكن أن ينالهم بسبب قيامهم بأعمال منافية أو أخطاء، ويكون الغرض منه بالطبع حماية النفس يلجأ الكثير من المربين إلى أساليب الضرب لمنع الأطفال من الكذب غير أن النتائج التي حصلوا عليها هي أن الأطفال استمروا في الكذب ولم يقلعوا عنه.



معرفة مرحلة الطفولة

إن معرفة مرحلة الطفولة ومشاكل الأطفال وحلولها الجيدة من أهم أهداف التربية، وهي بالتأكيد من أهم أهداف الأسرة. فما يقدمه الأب والأم للطفل سيشكل ما يقارب ٧٠٪ من شخصيته في المستقبل كونه صفحة بيضاء تسطر عليها أفعال المستقبل وسلوك المراحل اللاحقة ، كما أنه يحدد طرق التفكير وردود الأفعال والاستجابة.



علاج الكذب عند الأطفال

- التأكد ما إذا كان الكذب لدى أبنائنا نادرًا أم متكررًا .
- إذا كان الكذب متكررًا فما نوعه ؟ وما دوافعه ؟



- عدم معالجة الكذب بالعنف أو السخرية والإهانة، بل ينبغي دراسة الدوافع المسببة للكذب.
- ينبغي عدم فسح المجال للكاذب للنجاح في كذبه؛ لأن النجاح يشجعه على الاستمرار عليه.
- ينبغي عدم فسح المجال للكاذب لأداء الشهادات .
- ينبغي عدم إلصاق تهمة الكذب جزافًا قبل التأكد من صحة الواقعة .
- ينبغي أن يكون اعتراف الكاذب بذنبه مدعاة للتخفيف أو العفو عنه، وبهذه الوسيلة نحمله على قول الصدق.
- استعمال العطف بدل الشدة، وحتى في حالة العقاب فينبغي أن لا يكون العقاب أكبر من الذنب بأية حال من الأحوال.
- التعامل بصدق مع الأطفال وأمام الأطفال حتى تتأصل لديهم الصراحة.



أظهر مزيدًا من الحب

إظهار المزيد من الحب للأطفال أمر في غاية الأهمية؛ حتى يتسنى إعطاء الأطفال الإحساس بالأمن والانتماء والمساندة، ويتعيَّن على الآباء والأمهات العناية بأطفالهم والإشادة بهم في كل فرصة تتاح لهم .





تكريس الاحترام المتبادل

يجب الإصرار على أن يسود الاحترام المتبادل بين كافة أفراد العائلة مع ضرورة أن يتعامل الآباء والأمهات على نحو مهذَّب مع أطفالهم، والاعتذار لهم عند حدوث أخطاء منهم، والوفاء بالوعود التي يعطونها لهم .

توافقا في تربية طفلكما

يجب على الأم أن تكون متوافقة مع الأب في تربية الأبناء بعدم تقويض أي لوائح تأديبية يضعها في هذا الصدد، وينبغي على الوالدين وضع بعض اللوائح التأديبية البسيطة لأبنائهما مع عدم اللجوء إلى إنزال عقاب بهم أمام الآخرين وترك الضرب نهائيًّا.



ترسيخ روح الاستقلالية

يجب ترسيخ روح الاستقلالية من حيث تعاون الآباء والأمهات على إتاحة مزيد من الاستقلالية لأطفالهم على نحو تدريجي، الأمر الذي يجعلهم يحظون بإخلاصهم واحترامهم..يجب على الآباء والأمهات توضيح أفكارهم بعبارات قليلة مع ضرورة



إخطار أطفالهم بأنهم يتوقعون منهم التفكير في المشاكل التي تعترضهم ومحاولة الوصول إلى حلول ممكنة لها بأنفسهم قبل أن يعرضوا عليهم حلولاً جاهزة.



الأطفال ذوو النفوس الصافية

الأطفال ذوو النفوس الصافية أحوج الناس إلى الرحمة بهم والعطف عليهم، فهم يحسون بحسن المعاملة حسب مداركهم، ويهتمون بمن يوادهم منذ نعومة أظفارهم، فاللعب حق من حقوق الصغار وهو رمز لحيويتهم ونشاطهم ، وقد كان الرسول صلى الله عليه وسلم يداعب الأطفال ويرأف بهم ويحسن ملاعبتهم، ومن ذلك مواقفه مع أحفاده ومع أبناء الصحابة رضوان الله عليهم .



مؤثرات

يؤثر على شخصية الطفل مجموعة مؤثرات تسبب له مشكلات كبرى ومعقدة من أهمها :

- التسلط.
- الحماية الزائدة .
- الإهمال .
- التدليل .



- القسوة .
- التذبذب في المعاملة .
- إثارة الألم النفسي .
- التفرقة بين الأبناء.



العنف النفسي

دائمًا نقول: تجنبوا العنف النفسي ضد أطفالكم؛ لأنه عندما يكبر ستكون شخصيته انسحابية منطوية، غير واثق من نفسه، يوجه عدوانه لذاته، وعدم الشعور بالأمان، يتوقع الأنظار دائمة موجهة إليه فيخاف كثيرًا، لا يحب ذاته ويمتدح الآخرين ويفتخر بهم وبإنجازاتهم وقدراتهم. أما هو فيحطِّم نفسه ويزدريها.



البيض وأطفالنا

أكدت دراسة حديثة أهمية البيض في تغذية الأطفال؛ لغناه بالكوليسترول والبروتينات والعناصر الغذائية الضرورية للنمو مثل مادة الكولين الشبيهة بفيتامين (ب) والتي أثبتت الدراسات الحيوانية قدرتها على تحسين التعلم والذاكرة.





لا للحماية الزائدة

يقوم أحد الوالدين أو كلاهما نيابة عن الطفل بالمسؤوليات التي يجب أن يقوم بها الطفل وحده، حيث يحرص الوالدان أو أحدهما على حماية الطفل والتدخل في شؤونه فلا يتاح للطفل فرصة اتخاذ قراره بنفسه، وعدم إعطائه حرية التصرف في كثير من أموره كحل الواجبات المدرسية أو الدفاع عنه عندما يعتدي عليه أحد الأطفال.



الإهمال

مؤسف أن يترك أحد الوالدين الطفل دون تشجيع على سلوك مرغوب فيه أو الاستجابة له، وتركه دون محاسبته على قيامه بسلوك غير مرغوب. وقد ينتهج الوالدان أو أحدهما هذا الأسلوب بسبب الانشغال الدائم عن الأبناء وإهمالهما المستمر لهم، والأبناء يفسِّرون ذلك على أنه نوع من النبذ والكراهية والإهمال فتنعكس بآثارها سلبًا على نموهم النفسي.



أعطوه فرصة

يجب أن يعطى الطفل فرصة لتكوين شخصيته في بعض الأمور مثل شراء بعض ما يختار من احتياجاته من الملابس أو الحلوى، وهذا تحت إشراف الوالدين. كما يمكن



أن يكوِّن شخصيته أيضًا عند اصطحاب والديه له في زياراتهم للأقارب وإعطائه فرصة للتحدُّث وعدم الحجر على تصرفاته، بل توجيهه بمفرده دون تعنيفه.



ثلاث كلمات

أولادكم ثقافة ثلاث كلمات: لو سمحت، آسف، شكرًا .

- ما أروعك عندما تخطئ ولو كان خطؤك صغيرًا جدًّا فتقول: أنا آسف..!
- وما أجملك عندما تطلب شيئًا فتقول: لو سمحت!
- وما أهذبك عندما تُقَدّم لك خدمة أو أي شيء فتقول: شكرًا .



يا غبي !

كثيرًا ما يقول الآباء والأمهات هذه العبارة لأطفالهم عند الغضب، لكنك إن تعوَّدت قولها فإن طفلك قد يبدأ في تصديقها وسترسخ في عقله الباطن. جرِّب بدلًا عنها قول: تصرفك لم يكن جيدًا، أو هذا التصرف لا يليق بشخصيتك الرائعة.



سأذهب وأتركك هنا

عبارة (سأذهب وأتركك هنا) تلجأ إليها الكثير من الأمهات عندما يصطحبن أطفالهن للأسواق، وعندما يبدأ الصغير بالابتعاد؛ بغرض الاستكشاف، وهو أمر



طبيعي ودلالته ذكاء. تبدأ الأم بقول: (سأذهب وأتركك هنا). هذه العبارة تعمل على تعزيز الخوف الأساسي الشائع لدى الأطفال بأنك قد تختفين ولا تعودين أبدًا. جربي أن تعطيه دقائق معدودة كتحذير، أعطيه الاختيار إما أن تحمليه، أو أن يمسك هو بيدك.



حرارة الطفل

عند ارتفاع حرارة طفلك لأكثر من ٥ ،٣٨ درجة مئوية فهذا يعني أن الجسم يقاوم العدوى وحينها تظهر الرعشة والشعور بالبرد أو العرق والشعور بالحر. فماذا تفعلين؟

اخلعي أغلب ملابس طفلك ،ضعي جسمه في ماء فاتر في البانيو، أو قومي بعمل كمادات باردة على جميع أجزاء جسمه، ثم أعطيه مشروبات باردة مع المخفض سواء كان دواء أو تحاميل.



ضربة الحَر

قد تظهر على طفلك ضربة الحر فجأة نتيجة لممارسة الرياضة بشكل زائد عن الحد، فكثافة العرق وعدم تناول كمية كافية من السوائل يسبب ضربة الحر ، والحل:

- أبعدي طفلك عن الشمس.
- أفردي جسمه مع رفع ساقيه بعض الشيء.



- اخلعي ملابسه.
- أعطيه ماء باردًا ولكن غير مثلَّج.
- رشِّيه بماء بارد أو هَوِّي عليه بالمروحة.
- راقبي الحرارة فلا تزيد عن ٤٠ .



عناد الطفل

يقول علماء التربية: إن كثيرًا ما يكون الآباء والأمهات هم السبب في تأصيل العناد لدى الأطفال، فالطفل يولد ولا يعرف شيئًا عن العناد، فالأم تعامل أطفالها بحب وتتصور أن من التربية عدم تحقيق كل طلبات الطفل في حين أن الطفل يصر عليها وهي أيضًا تصرُّ على العكس، فيتربَّى الطفل على العناد. معاملة الطفل العنيد ليست بالأمر السهل، فهي تتطلب الحكمة والصبر وعدم اليأس أو الاستسلام للأمر الواقع .



درس عظيم

يصوم الطفل في رمضان أكثر من ١٢ ساعة ويصلي في التراويح أكثر من ١٠ ركعات، وهذا من شأنه أن تعلم الطفل درسًا عظيمًا في الصبر، ففي الصيام يصبر على الإحساس بالجوع والعطش، وفي الصلاة يصبر على الشعور بألم من الوقوف



لفترة طويلة، ولكن بالتعود يشعر براحته في أداء هذه العبادات فيتربى الطفل على الصبر إذا ما واجهته الكثير من العوائق في حياته.



تربية الطفل على العطاء

يتعلم الطفل الكرم والعطاء من خلال مشهد توزيع الصدقات في شهر رمضان، حيث يتعلم الطفل بأن يدِّخر جزءًا من مصروفه؛ لكي يتصدق به في صندوق الصدقات الذي يراه بالمسجد، وحينما يعطي الوالدان بعض الأموال للطفل؛ لكي يضعها في يد السائل يتعلَّم الطفل أهمية إخراج الصدقات ومساعدة الفقراء وقضاء حوائجهم، وهذا من شأنه تربية الطفل على العطاء وخدمة الآخرين.



الطفل و الصوم

ابتكر عديد من الآباء والأمهات أساليب تدعو إلى تشجيع الأطفال على الصيام حيث يجدون في ذلك نوعًا من النضوج الفكري والديني، وذلك عبر طرق وأساليب ذكية، نادرًا ما تفشل في مقصدها أو الوصول للغاية منها: تشجيع بعدد الساعات، إفطار يوم وصيام يوم ، والكثير من التجارب المفيدة .



كيف يقبلون على العبادة؟

ينبغي أن يحرص الآباء والأمهات على إفهام الأطفال معنى كل عبادة وما يدور في العبادات من قول وعمل وخاصة الصوم، فذلك يدفع أطفالنا إلى الإقبال على العبادة، ويعرفون الأحكام والآداب في وقت مبكر، ذلك أن فهمهم للعبادة يعطيهم روحها فيتذوقون حلاوتها ومن ثم يتعلقون بها.



نية الطفل

من أعظم الأخطاء التي نمارسها كأب وأم سوء فهم نية الطفل وتجاهل عواطفه، فكثيرًا ما نقسو عليه ونعاقبه بالضرب والازدراء والتحقير صحح معلومتك التالية: ليس كل مخالفة للوالدين يرتكبها الطفل عنوان الشقاوة، بل هي على الأغلب عنوان نشاط وحيوية ومظهر لنمو الشخصية لديه .



العطف والرحمة

مهما كثرت كتب الأطفال وطريقة تربيتهم فستبقى أن معاملة الطفل لا بد لها من عطف ورحمة به، كما قال عليه الصلاة والسلام للأقرع بن حابس وكان له عشرة من الولد أنه لا يقبِّل أحدًا منهم فقال: «ماذا أصنع إن نزع الله الرحمة من قلبك فمن لا يرحم لا يُرحم».





ماذا يحتاج الأطفال في رمضان

يحتاج الأطفال في رمضان إلى غرس العديد من القيم الإسلامية والتربوية المهمة من أبرزها :

- أولًا: الاهتمام عند الإفطار بعدم تناول الطعام بشراهة؛ حتى لا نشعر بعد ذلك بالخمول والرغبة في النوم.
- ثانيًا: بدء الإفطار برطبات أو بتمرات أو بجرعات ماء كما هي السنة .
- ثالثًا: تجنب تتناول المثلجات فهي تربك المعدة، ولا المخللات التي تسبب العطش خلال النهار .



الطفل في رمضان

كيف يكون الطفل في رمضان؟ وماذا يجب أن يكون؟

كثير من الأسر لا تهتم بتنمية الاتجاهات أو الميول لدى الأطفال ، فنلاحظ أنها تترك الطفل على هواه . جميل أن نجعل جزءًا من وقتنا للطفل ونعلِّمه بعض فضائل الشهر وننمِّي فيه روح التعاون والمحبة والشعور بالآخرين.





ملابس العيد

إذا اشتريت للطفل ملابس العيد فعلقيها في خزانته، واسمحي له بالنظر لها كل حين، وشوِّقيه للعيد وأنه جائزة الله لنا على عبادتنا له بإكمال شهر الصوم .



التأتأة

التأتأة هي أحد مظاهر اضطرابات الكلام، وصفتها أن يكرِّر المتحدِّث الحرف الأوَّل من الكلمة عدة مرات أو أنه يكون عرضة للتردد عند نطق كلمة . لا داعي للقلق فزيارة واحدة لأخصائي التخاطب في أي مركز نفسي أو حكومي تشعرك بالارتياح تجاه ابنك.



إهانة الأبناء أمام الغرباء

كثيرًا ما يلجأ الآباء إلى إهانة الأبناء أمام الغرباء وتوبيخهم ومعاملتهم دون احترام بسبب وبدون سبب، مما يؤدي في النهاية إلى تكوُّن رواسب نفسية سلبية عندهم على المدى البعيد، لذا يجب الآن إعادة النظر في تعاملاتنا مع أطفالنا قبل أن فوات الأوان.





أحِبُّوا الصِبيان وارحَمُوهُم

ورد في الأثر : «أحِبُّوا الصِبيان وارحَمُوهُم» .. «من دخل السوق فاشترى تُحفَةً فحملها إلى عياله كان كحامل صدقة إلى قوم مَحَاويجٍ» «ليس منا من وُسِّع عليه ثم قَتَّر على عياله» .



شِجار الإخوة

إن كثرة الأولاد ليست سببًا في شِجارِ الإخوة فيما بينهم كما تظن بعض الأمهات الكريمات، بل الغيرة هيَ من أهم أسباب العراك بين أبناء الأسرة، وهي من الأمراض التي تدخل البيوت دون إذن فَتَسلُبُ منها الراحة والاستقرار، ولذا ينبغي الحرص على سلامة صحة الطفل النفسيَّة.



جلسات التخاطب عند الأطفال

ليس للأدوية تأثير مهمًا في علاج التلعثم، ومن هنا يفضل الاتجاه للعلاج النفسي والتخاطبي في فهم مشاكل المريض؛ حتى نستطيع التخفيف من درجة التوتر المصاحبة للتلعثم وبالتالي مساعدته على النطق بصورة سليمة عن طريق جلسات علاج التخاطب بالإضافة إلى جلسات العلاج النفسي، وفي غالبية الأحوال فإن نسبة ٥٠ ٪إلى ٨٠ ٪ من حالات تلعثم الأطفال تتحسن تلقائيًا .





مصافحة من هم أكبر سنًا

رمضان فرصة مناسبة ليتعلم الأطفال مصافحة من هم أكبر سنًا عند تقديم التحية لهم مع ذكر الاسم والنظر إلى عين من يصافحهم، وقم أنت بتعليمهم ذلك بالتدريب المستمر؛ لأن نفسية الطفل في رمضان تتدرب بشكل أفضل مع روحانية الصيام.



لا للقسوة

تتمثل القسوة ضد أطفالنا في استخدام أساليب التهديد والحرمان، أو استخدام العقاب البدني أساسًا في عملية التنشئة الاجتماعية مما يترتب عليه نشوء شخصية عدوانية متمردة تنزع إلى الخروج على قواعد السلوك المتعارف عليه وسيلة للتنفيس والتعويض عما تعرضت له. إن القسوة الشديدة التي تحرم الطفل أن يشارك الأسرة الفطور والسحور مرفوضة نهائيًّا، وستكون ردة فعلها غير محمودة .





حب القرآن

يرى الطفل طوال شهر رمضان أسرته وأقاربه وكثيرًا من الناس يمسكون بكتاب الله يتلون آياته، ويسعون لختم القرآن أكثر من مرة في رمضان. ولمَ لا؟! فهو شهر القرآن حيث أنزل في ليلة القدر، ومن هنا يتعلق قلب الطفل بكتاب الله ويرتبط بتلاوته

.



التعلق بالمساجد

يتعلق الأطفال بالمساجد في شهر رمضان بشكل لافت للنظر، فما أكثر هؤلاء الأطفال المتواجدين أثناء صلاة التراويح، وأيضًا في صلاة التهجد! حيث يرون آباءهم وأمهاتهم فيغرس في أنفسهم حب المساجد والارتباط بها، ومن ثم يستطيع الآباء تربية الطفل تربية إسلامية.



صلة الرحم والتواصل الأسري

يتميز شهر رمضان بتجميع شمل الأسرة حيث تكثر الزيارات والاتصالات فهو شهر الخيرات والطاعات، وهنا يتعلم الطفل أهمية صلة الأرحام والتواصل الأسري بجانب مشهد الإفطار حين يجتمع أفراد الأسرة على مائدة طعام واحدة، ومن هنا يشعر الطفل بدفء الأسرة والاستقرار.





الاعتدال في معاملة الأطفال

يؤكد علماء التربية أنه يجب الاعتدال في معاملة الأطفال وعدم حرمانهم من الحب الأبوي، أو الإسراف في دلالهم. لكن الشيء المهم في حياتهم أن نتجاهل هذه القاعدة قبل قدوم العيد، ونمنحهم الحب والحنان في أقوى درجاته؛ لأن ردة فعل ذلك ستكون إيجابية بشكل كبير عليهم . لا تقسوا على أولادكم قبيل العيد وأثناءه وبعده، واجعلوهم يفرحون به أكثر منكم .



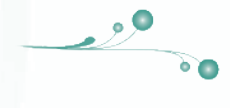
بكاء الطفل

روي أنّ النبيّ صلّى اللّه عليه وسلم مّر على بيت علي بن أبي طالب لزيارته ابنته فاطمة رضي اللّه عنها فسمع الحسين يبكي، فقال: «ألم تعلمي أنّ بكاءه يؤذيني».



الغضب على الأطفال

غضب معاوية رضي اللّه عنه على ابنه يزيد فهجره، فقال له الأحنف: يا أمير المؤمنين، أولادنا ثمار قلوبنا، وعماد ظهورنا، ونحن لهم سماء ظليلة، وأرض ذليلة، فإن غضبوا فأرضهم، وإن سألوا فأعطهم، ولا تكن عليهم قفلًا فيملُّوا حياتك ويتمنوا موتك!.



أسرار الطفولة

يعتقد الكثير من الناس أن الطفولة ما هي إلا مرحلة من العمر تمر كما يمر غيرها دون أهمية تذكر، ومن الناحية النفسية فإن للطفولة نصيب الأسد في الأهمية مقارنة بالأطوار التي يمر فيها أي إنسان خلال حياته، وذلك لأن الطفولة السوية أساس للشخصية السوية، والعكس صحيح .



أعطهم فرصة ليتكلموا

من أهم ما تقدمه الأسرة لأطفالها هو إعطاؤهم الفرصة ليتكلموا بما يدور في أفكارهم وما يحدث لهم دون إحساس بالخوف أو التأنيب، ومن ثم يمكن بأسلوب هادئ ومتعقِّل إيضاح الحقائق ووضع النقاط على الحروف وتصحيح الخطأ، هنا يتشجع الطفل أن يلجأ لوالديه كل مرة، ويخبرهما بما يحدث له وما يجري حوله.



احذري من الضرب

مهما كان الطفل عنيدًا فاحذري من الضرب، فنتائجه سلبية جدًّا عليه وخاصة لمن طبعه العناد، والحل إشغاله بأمر آخر أو جذب الانتباه له، أو تغيير المكان الذي فيه ولو اضطر الأمر لإيقاف السيارة حالة عناد الطفل والنزول به وإشغاله عن صفة



العناد الوقتية. للأسف الكثير من الآباء يضربون أطفالهم في السيارة حالة عنادهم، وتقولون: لماذا أطفالنا يتبولون وهم نائمون؟ فالضرب من أقوى أسبابها.



طفلي مريض، هل أجبره على تناول الطعام؟

حرارة مرتفعة، أنف سائل! تريدين أن يستعيد طفلك المريض قواه وهو يواجه صعوبة في تناول أي نوع من الطعام؟ لا داعي للقلق، فالطفل يستطيع بسهولة البقاء ثلاثة إلى أربعة أيام مكتفيًا بتناول كميات صغيرة جدًّا من الطعام، سيستعيد شهيّته ما إن يبدأ بالتحسّن، لذلك لا تجبريه على الأكل، واحرصي على خفض الحرارة وتناول العلاج في وقته.



التقيؤ والإسهال

التقيؤ والإسهال من الأعراض الشائعة لدى الأطفال وسبب حدوثهما في معظم الأحيان هو فيروس في القناة المعدية المعوية. وللأسف لا توجد أدوية خاصة بعلاج الالتهابات الفيروسية، وتؤدي حالات التقيؤ والإسهال إلى فقد السوائل لدى الأطفال. لا تعطي الطفل أية أدوية للإسهال والتقيؤ قبل استشارة الطبيب .





مسح رأس الطفل

عن أنس رضي الله عنه قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يزور الأنصار، ويسلم على صبيانهم، ويمسح رؤوسهم، وكان رسول الله صلى الله عليه وسلمُ يضيف إلى مسح رأس الطفل القيام بمسح خدي الطفل بيديه الشريفتين، وما ذلك إلا اهتمامًا به، وإدخالًا للسرور على قلبه.



الممازحة واللعب مع الطفل

في هذا الصدد يقول عمر رضي الله عنه: «من كان له صبي فليتصابَ له» أي: ليلاعب الطفل وكأنه طفل هو أيضًا، يشاركه عالمه الخاص. معلوم أن الأطفال يحبون من يلعب معهم ويهتم بألعابهم، أما إذا كان الطفل في سن المدرسة فلابد أن نعلمه أن للعب أوقاتًا خاصة، وللواجبات المدرسية أوقاتًا خاصة أيضًا؛ حتى يستطيع التمييز بين وقت اللعب ووقت الدراسة.



الرفع من معنويات الطفل

يجب علينا أن نأخذ بعين الاعتبار آراء الطفل واقتراحاته؛ لنبين له أنه قادر على الاقتراح والاختيار أيضًا وهكذا يثمن الوالدان مجهود الطفل من خلال ما ينجزه سواء في البيت أو المدرسة .



قال الإمام الغزالي – رحمه الله–: مهما ظهر من الصبي خلق جميل وفِعْلٌ محمود فينبغي أن يُكرم عليه ويُجازى عليه بما يفرح به، ويمدح بين أظهر الناس.



الحرمان العاطفي

أثبتت الدراسات النفسية أن الشخص الذي يعيش حرمانًا عاطفيًّا في طفولته يصعب عليه محبة الآخرين وتَقَبُّل محبتهم. أَوَليس حَرِيٌّ بنا الاهتمام بالبناء العاطفي السليم لأبنائنا ونحن نصبو لبناء صرح مجتمع العمران الأخوي بين أفراد يسود علاقاتهم الحب والإيثار والرحمة؟!



دماغ طفلك

المبيدات الحشرية قد تؤثِّر على دماغ طفلك، وتظهر لديهم أعراض اضطراب فرط النشاط ونقص التركيز، ولهذا لا تستخدمه في البيت بدون متابعة جيدة لسلامة طفلك .المبيدات الحشرية التي يدخل في تركيبها الفوسفات العضوي يمكن أن تؤثر على مخ الإنسان الكبير، فكيف بالأطفال ؟!





غرس العواطف النبيلة

إن للأم تأثيرًا مهمًّا في غرس العواطف النبيلة في الطفل أكثر من الأب والحماة والخادمة والأخت الكبرى وأي شخص آخر مهما كان، وكلما أحسنت الأم القيام بدورها حافظت على علاقة مميزة بابنها مهما شاركها في تربيته شركاء متشاكسون. تأملوا الطفل حين يكون يتيمًا فاقدًا أمه كيف هي حاله ونفسيته؛ عكس من فقد أباه.



المساواة بين الذكر والأنثى

أوجب المولى جل في علاه المساواة بين الذكر والأنثى من أطفالنا؛ حتى لا يترتب اختلال في الجانب العاطفي لديهم؛ فقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يحنو على الحسن والحسين تمامًا مثلما كان يحنو على حفيداته البنات. تجب المساواة في المعاملة والحنان والعاطفة والهدايا بل حتى القبلة يطبعها الأب أو الأم على خد صغارهم .



المفاتيح السبعة لفهم عالم الطفل

- الطفل كيان إنساني سليم وليس حالة تربوية منحرفة .
- الواجب عند الطفل يتحقق عبر اللذة أساسًا وليس عبر الألم.
- الزمن عند الطفل زمن نفسي وليس زمنًا اجتماعيًا.



- العناد عند الطفل نزوع نحو اختبار مدى الاستقلالية وليس رغبة في المخالفة.
- الفضاء عند الطفل مجال للتفكيك المعرفي وليس موضوعًا للتركيب التوظيفي.
- كل رغبات الطفل مشروعة، وتعبيره عن تلك الرغبات يأتي أحيانًا بصورة خاطئة.
- كل اضطراب في سلوك الطفل مرده إلى اضطراب في إشباع حاجاته التربوية.



عالم الطفل

إن عالم الطفل في الواقع ليس نسخة مصغَّرة من عالم الكبار ولا عالمًا مركَّبًا من ألغاز معجزة، بل هو عالم له خصوصياته المبنية على مفاتيح بسيطة، من امتلكها فهم وتفهَّم، ومن لم يمتلكها عاش في حيرته، وتعب وأتعب.



الأب الناجح والأم الناجحة

إذا أردت أن تكون أبًا ناجحًا، أو أن تكوني أمًّا ناجحة فهل عليك أن تضطلع بعلوم التربية وتلم بالمدارس النفسية وتتعمق في الأمراض الذهنية والعصبية؟ بالطبع لا .. ما عليك إذا أردت أن تكون كذلك إلا أن تفهم عالم الطفل كما هو حقيقة، وتتقبل فكرة مفادها: أنك لست أبًا كاملًا وأنكِ لستِ أمًّا كاملة، فتهيئ نفسك باستمرار كي تطور سلوكك تجاه طفلك، إذ ليس هناك أب كامل بإطلاق، ولا أم كاملة بإطلاق.





البناء العاطفي للطفل

من الأمور المهمة في البناء العاطفي للطفل الاستماع له وإعطاء أهمية لِما يقول، فلا نُسَكِته كما يفعل الكثير من الوالدين وخاصة الأم؛ لأنه أكثر احتكاكًا بها كأن تقول له: أنت لا زلت صغيرًا فلا تتدخل فيما لا يعنيك، أو اسكت فأنت تتكلم كثيرًا. ونجد الأم تتحدث الساعات الطوال مع صديقاتها أو جاراتها وعندما يأتي الطفل ليحدثها تنهره قائلة: فيما بعد، ألا ترى أنني مشغولة!



من حقوق الطفل

إذا كانت الأمور التي تتحدث فيها العائلة للطفل حق الإدلاء برأيه فيها، فلابد أن نستمع إليه ونأخذ برأيه أيضًا. مثلًا: إذا قررت العائلة القيام بنزهة أو زيارة معينة واختار الطفل مكانًا محددًا فلا بأس أن تحترم العائلة رأيه وتأخذ به ما دام في حدود المعقول، وهذا يعوِّد الطفل على الثقة بالنفس.



الطفل الصريح

تفرح وأنت قاعد معه، صريح جدًّا ويلقط العبارات والمفردات بسرعة مذهلة، يسبب إحراجًا دائمًا لأهله من الممكن أن يقول كلمة بالغلط للضيوف أو الأقارب، ويتميز أحيانًا بقلة الذوق والوقاحة إذا انفعل، ولهذا لا يُنصح باستفزازه أبدًا .



الإشباع العاطفي

- إذا لم يتم هذا الإشباع العاطفي لأطفالنا من خلال العائلة فإنهم سيبحثون عنه في أي مكان ليجدوا القبول والاستحسان.

- لا بد أن تعترف بحق أطفالك في أن يشعروا بالتقدير منك ومن كل أفراد العائلة، وألا يشعروا بالوحدة أو الشك في مكانتهم في عائلة محبة.

- لابد أن يشعروا بأنهم محبوبون لذاتهم، وأنك فخور بهم، وأنك ستكون دائمًا موجود لأجلهم، ولن ترفضهم مهما اختلفت معهم.



الأهم المشاركة

على الأم والأب أن يحاولا إعادة ترتيب عملهما لقضاء وقتٍ أطول مع أطفالهما. فالحياة سلسلة من الاختيارات والمال ليس هو دائمًا الأهم.

حاول أن تشارك أطفالك وجبات الأكل اليومية ولا تسمح بأن يأكلوا وحدهم حتى



في الفاكهة والحلويات، فليس مهمًّا أن تأكل بل الأهم المشاركة، فخصص ساعة يوميًّا لعائلتك .



احترم وشجع ما يميز طفلك

كل إنسان لديه ما يحب وما يكره، والطفل لديه اهتمامات ومواهب يجب أن نحترمها مهما اختلفنا معها طالما أنها ليست هدَّامة لهم أو للآخرين.

لا تملأ وقت طفلك بأنشطة كثيرة من شأنها أن تجعله يكره النشاط ويتوقف عنه.



شجار الأبوين

عند يكون الطفل في منزل مليء بالصراع والعداوات والخلافات بين الوالدين اللذين يعتمد الأطفال عليهما من أجل أمنهم وسلامتهم الشخصية، فإنه يشعر بعدم الأمان وتتولد لديه مخاوف بشأن تفكك الأسرة، فلا ينبغي أن يتشاحن الأبوان ويصرخ أحدهما في وجه الآخر أمام الأبناء، فإن هذا من شأنه أن يقضي على ثقتهم بأنفسهم وبأوضاعهم الاجتماعية حتى إنهم يخافون حضور أصحابهم للمنزل كي لا يشهدوا هذه المشاحنات.



عادات حسنة

جربي الجلوس مع أبنائك أمام التلفاز حاملة سلة تحتوي على فواكه أو خضراوات، وابدئي بأكل الجزر والخس والخيار أو تقشير البرتقال والتفاح والموز مثلًا والفراولة، إن شكل الفراولة مرغِّب للأطفال يجعل الأبناء من أنفسهم مشاركتك في أكل الفاكهة أو الخضار.



التلفاز والسعرات الحرارية

معظم الأطفال يتناولون الأطعمة الغنية بالسعرات الحرارية أثناء مشاهدتهم التلفزيون كالشيبس والمشروبات الغازية. وقد أثبتت الدراسات وجود علاقة بين الجلوس لفترة طويلة أمام التلفاز وعدم حرق كمية كبيرة من الطاقة، لهذا يزداد الوزن خصوصًا بين الصغار، وللحد من هذه المشكلة ينبغي الانتباه إلى ما يتناوله الأطفال وتشجيعهم على الحركة .



أنواع البكاء عند أطفالنا

- بكاء الجوع : وهو بكاء منتظم يبدأ بهمهمة، ويزداد قوة وارتفاعًا كلما زاد الجوع وطال الوقت.
- بكاء الغضب الشديد : وهو بكاء منتظم حاد، ويزداد حدَّة كلما امتنعت الأسرة



عن الاستجابة لطلب الطفل.

- لأجل الأم: وهو بكاء حاد يعقبه صمت يتنفس خلالها الطفل الصعداء، ثم يعود بعدها إلى البكاء العنيف.



التفاعل مع الآخرين

إن الطفل يظهر مشاعره بالبكاء، ويتعاطف مع الآخرين بالبكاء. فقد أثبتت الأبحاث الحديثة أن الطفل الذي عمره يوم واحد إذا سمع صوت تسجيل لبكاء طفل متألّم فإنه يبكي مع هذا الصوت، في حين أنه لا يبكي إذا سمع تسجيل صوت بكائه، وهذا يدل على أن التفاعل مع آلام الآخرين هي قدرة تولد مع الإنسان .



أهمية النظر للطفل

كن منتبهًا لتعبير وجه طفلك وحركات جسده. هل هو متوتر قلق، أو خائف أو أنه مسترخ؟ إن ذلك يساعدك على التعرف إلى مشاعر طفلك المصاحبة لسؤاله .. أثناء حديث طفلك أظهر مشاعر التقدير لكل ما يقوله، ضع يدك على كتفه، احتضنه أثناء حديثه وحرِّك رأسك تعبيرًا عن متابعة حديثه، وكن على اتصال بصري بعينيك معه طوال حديثه.



لا تتجاهل اتصاله

إن سأل طفلك سؤالًا، أو قال لك شيئًا لا تريد سماعه لا تتجاهله وأعطه احترامه خاصة حين يتصل بك من جوال أمه بدون علمها. احذر أن تنهره وترفع صوتك عليه؛ كي يغلق الهاتف فأنت من عندك أغلقها، ثم أخبره أن الشبكة ضعيفة، ولهذا لم أتواصل معك، ثم أخبر الأم بوجوب حفظ الجوال من استعماله.



هؤلاء الأطفال

- الطفل الذي يعيش في جو من السماحة يتعلم المحبة.
- الطفل الذي يعيش في جو من العداوة يتعلم القتال.
- الطفل الذي يعيش في جو من الأمن يتعلم حسن الظن .
- الطفل الذي يعيش في جو من الانتقاد يتعلم الشجب .
- الطفل الذي يعيش في جو من التشجيع يتعلم الثقة .
- الطفل الذي يعيش في جو من التهكُّم يتعلم الخجل.



إلى متى طفلي عنيد ؟

العناد مشكلة تعانيها أكثر الأمهات وهو مصدر تعب ونكد وهمّ ، والأم تحرص دومًا على طاعة ولدها لها، ولهذا تظل حائرة حيال رفضها لما تريد منه، ولا تدري كيف تتصرف إزاء عناده ! ومع أن العناد ليس غريزة تولد مع الطفل كما تتصور



بعض الأمهات بل هو مؤشر على خلل في نفسيه الطفل؛ نتيجة سوء التعامل مع غرائزه الفطرية النامية.



ضعف السمع عند الأطفال

بعيدًا عن التشخيص الطبي قد يكون السبب تجمع خليط من الشمع والأوساخ داخلها.

والحل زيارة الطبيب للقيام بغسلها وتنظيفها. مهم جدًّا تنظيف الأذن بالغسل بين فترة وأخرى ليس لأطفالنا فقط، بل لنا للكبار أيضًا.



لماذا يرفض الطفل الطعام ؟

حديث أمه مع الأقارب عما يحبه طفلها وعما لا يحبه وهو حاضر، أو الحديث عن حب الأم لنوع من الطعام وبغضها لنوع آخر يعوِّد الطفل على أن يرفض هذا الطعام الذي تكلَّمت عنه، ويكفي أن لا تتكلم الأم بل تغيِّر معالم وجهها وتكشِّر عندما تقدِّم طعامًا معينًّا للطفل، فيعلم أن هذا الطعام غير مستحب فيرفضه، وربما كان بعض الأطفال الصغار لا يفهمون كلام الأم غير أنهم يفهمون بسرعة تعابير وجهها .



أسنان الأطفال

أسنان الأطفال لا تقل أهمية مطلقًا عن أسنان الكبار، ونعني بذلك الأسنان المؤقتة، فهي التي يستخدمها الطفل لمضغ طعامه وتسهيل هضمه؛ ليستفيد منه الجسم. وفي حال وجود أي مشكلة في أسنان الأطفال فإن هذا سيؤدي لانعكاس ذلك على صحته العامة، وأول ما يظهر ذلك في سوء الهضم الناجم عن سوء المضغ .كما أن الآلام التي ترافق المضغ تجعل الطفل غير راغب بالتزود بطعامه الضروري لبناء جسمه.



الفطرة

عن أبي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ رَسُولُ الله صلى الله عليه وسلم: «مَا مِنْ مَوْلُودٍ إلا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ أَوْ يُمَجِّسَانِهِ».

من حق أبنائنا علينا تربيتهم وتنشئتهم على كل ما يخص ديننا الحنيف بالإيمان بالله وطاعته، وتحبيبهم في سيرة خير خلق الله والسير على نهجه وهديه الطاهر.



من أجلك يا بني

عندما كان عبد الله بن مسعود رضي الله عنه يصلي في الليل وابنه الصغير نائم فينظر إليه قائلًا: من أجلك يا بني، ويتلو - وهو يبكي - قوله تعالى: ﴿وَكَانَ أَبُوهُمَا صَالِحًا﴾.



يقول أحد الآباء : لديّ أكثر من ستة أولاد وأكثرهم ذكور، وأخاف عليهم من الانحراف وأنا مقصر في تربيتهم، ولكني رأيت من نعم الله عليّ أني كلما أعطيت ربي من وقتي أكثر صلح أبنائي.



من الأفضل تجاهل الخطأ

من الأفضل أن يتجاهل الأبوان الخطأ الذي يرتكبه الابن لجلب انتباههما وهذا بحد ذاته عقاب . يجب على الأم والأب عدم تفويت الفرصة لمكافأة الطفل حتى لو كان بقبلة أو ابتسامة أو كلمة تشجيع. فالإطراء والثناء على الطفل كلما أتقن عملًا وأجاد سلوكًا هو أفضل وسائل تنمية المهارات وغرس الروح الإيجابية في الطفل وتنميتها.



البيض المسلوق والمقلي

في العادة لا يتم إعطاء بياض البيض للأطفال دون السنة الأولى؛ لأنه قد يسبِّب مشاكل لهم، لكن صفار البيض هو مصدر جيد للحديد وعناصر غذائية أخرى يمكن تناوله بعد سن الثالثة. يستحسن أن يأكل البيض المسلوق، وقللي المقلي منه لحين بلوغه سن الثامنة أو العاشرة.



كيف تتغلبين على خجل طفلك ؟

قد يسبب الخجل مشاكل في حياة الطفل عندما يتعارض مع قدرته على تكوين صداقات، أو عندما يجعله يشعر بتعاسة في وجود الآخرين، أو قد يكون السبب في عدم قدرته على التحصيل الجيد في المدرسة.

قد يلاحظ الوالدان أن طفلهما يجد صعوبة في الكلام يتلعثم / يتهته / يحمر وجهه / يرتعد / أو يعرق في وجود الآخرين . فما الحل؟

- ساعدي طفلك على ممارسة التفاعل مع الآخرين بتعريضه لمواقف وأشخاص غير مألوفين لديه مع إعطائه الوقت الكافي لكي يشعر بارتياح لهذه المواقف الجديدة. فكلما مارس الطفل الخجول التفاعل مع أشخاص غرباء، قل خجله بشكل أسرع.

- كوني نموذجًا اجتماعيًا، لأن الأطفال يتعلمون من ملاحظة سلوكيات آبائهم وأمهاتهم.



غياب الأبوين

يجب أن نعرف بأن غياب الأبوين عن حياة الأبناء مدمِّر للعواطف، فليس كافيا على الإطلاق أن يكون الأبوان والأبناء تحت سقف واحد، وإنما هناك حاجة للمشاركة في كل شيء، أي: وجود الأبوين بقوة في حياة الأبناء، والعكس هو المسبِّب الأوَّل لكل أو معظم المشاكل والعقد النفسية التي تصيب الأطفال في الصغر وتبقى معهم طيلة حياتهم .





المزاح

يحب الأطفال المزاح كما يحبه الكبار، ويعد الضحك والمزاح والتظاهر بالسذاجة من أفضل الأشياء التي ترتبط بالأطفال أو بالآباء سواء كان ذلك بالدغدغة، أم بتغيير تعابير الوجه، أم بإلقاء نكات قديمة مألوفة. فالطفل سيدرك من خلال هذه الأساليب أنه من الممتع أن يضحك .اكتشف ما الذي يضحك طفلك وانضم إليه حسب مستواه؟!

صورة الأبوين في ذهن الطفل

يفتح الطفل عينيه على صورة أمه وأبيه، ولذلك فإن لقطات هذه الصورة أو الصور تبقى عالقة في ذهن الطفل حتى بعد أن يتجاوز طفولته وشبابه، وعلى ضوء ما يرتسم في ذهنه الطري من إشراقة الصورة أو بؤسها تتحدد بعض ملامح مسيرته في الحياة، ذلك أن بصمات الأم أو الأب هي التي يعبِّر عنها بالنقش على الحجر، فإذا أتت رياح الأيام عليه لا تطمسه لإلا تدرسه؛ لأنه الأعمق في حياة كل واحد منا.



هل يجعل التلفزيون أطفالنا بلهاء؟

لم ينل اختراع من النقد والتقريع مثلما ناله التلفزيون بسبب آثاره السلبية على حياة الأسرة، فقد غيَّر من عاداتنا الاجتماعية، وقلَّل من التواصل الحميمي بين أفراد الأسرة، واختطف الأولاد من طفولتهم وتواصلهم مع أترابهم من خلال اللعب. لا تقف آثار التلفزيون عند حدود الحياة الاجتماعية بالرغم من خطورتها ولكنها تجاوزتها إلى آثار نفسيَّة وعضويَّة.



ضعف البصر

ضعف الأبصار من المشكلات التي يعاني منها الأطفال والكبار، ولكن في الكثير من الأحيان لا يستطيع الطفل أن يعبّر عن مشكلة ضعف البصر مع أنها موجودة لديه؛ لأنه قد يعتقد أن رؤية الأشياء بصورة مهزوزة وغير واضحة هو أمر طبيعي وعادي، وفي أحيان كثيرة أيضًا لا يتم اكتشاف مشكلة ضعف البصر التي يعاني منها الطفل إلا عند دخوله المدرسة وشكواه من عدم رؤية السبورة أو القراءة جيدًا .



الثواب والعقاب

أي عملية تربوية لا تأخذ بمبدأ الثواب والعقاب في ترشيد السلوك بصورة متوازنة وعقلانية تكون نتيجتها انحرافات في سلوك الطفل عندما يكبر. العقوبة يجب أن تكون



خفيفة لا قسوة فيها؛ لأن الهدف منها هو عدم تعزيز وتكرار السلوك السيئ مستقبلًا وليس إيذاء الطفل وإلحاق الضرر بجسده وبنفسيته كما يفعل بعض الآباء في تربية أولادهم.



العقوبات القاسية المؤذية

يجب الامتناع تمامًا عن العقوبات القاسية المؤذية: كالتحقير والإهانة أو الضرب الجسدي العنيف؛ لأنها تحدث ردود أفعال سلبية لدى الطفل تتمثل في الكيد والإمعان في عداوة الأهل والتمسك بالسلوك السلبي الذي عوقب من أجله لمجرد تحدي الوالدين والدخول في صراع معهم بسبب قسوتهم عليه .



تجرمون في حق الطفل

إنكم أيها الآباء والأمهات تجرمون في حق الطفل عندما تحولون بيته إلى مدرسة أخرى! وخير الكلام ما قلَّ ودلَّ.





الذكاء العاطفي للطفل الموهوب

على الآباء الاهتمام بتنمية الذكاء العاطفي للطفل الموهوب، ويمكن للأسرة أن تعمل على ذلك عن طريق توفير المناخ العاطفي الملائم في الأسرة الذي يساعد الطفل على التعامل مع مشاعر الإحباط والفشل، والقدرة على التعبير عن مشاعر الغضب، وتحسس مشكلات الآخرين، وبناء علاقات اجتماعية سليمة مع الآخرين .



حرمان الطفل الموهوب

ينبغي على الآباء عدم حرمان الطفل الموهوب من طفولته وإعطاؤه الفرصة ؛ كي يعيش مثل غيره من الأطفال، فهو بحاجة إلى تلبية بعض الاحتياجات: كاللعب والمرح واللهو؛ لأن الطفل الموهوب له احتياجات جسمية وعاطفية واجتماعية مثل بقية الأطفال ولو كان مستوى تفكيره يسبقهم بأعوام .



الطفل مرآة لأهله

لا بأس بأن يعوِّض الطفل عن بعض التزامه، ويكون على سجيته في منزله، لكن هذا لا يعني أن يكون مشاكسًا وعنيفًا فلكل شيء حدود. بعض الأمهات يمنعن الطفل عن القيام بأشياء داخل المنزل، ويتجاوزن عنها إذا حدثت في الخارج سواء عند الأصدقاء أو المدرسة، وهذا خطأ كبير من جانب الأم؛ لأن الطفل مرآة لأهله خارج المنزل.





الخجل عند الأطفال

لعلاج الخجل عند الأطفال يجب تفهم مشاعر الطفل وأفكاره وقلقه، وإذا طالت فترة الخجل أو الانكماش التي يمر بها فهذا راجع إلى درجة التوتر في المنزل أو المدرسة ودرجة الاهتمام والرعاية والتشجيع التي تُقدَّم له. تجنَّب دائمًا إطلاق التسميات والأوصاف غير المفيدة مثل خجول خوَّاف .



الطفل بين الاهتمام والتدليل

يخلط الكثيرون بين الاهتمام بالطفل والإفراط في تدليله تدليل. الأطفال يقضي نهائيًا على فرصة تكون الإرادة فيهم حيث يتعلق بوالديه لدرجة أنه لا يستطيع أن يتخذ أبسط القرارات الخاصة به دون الرجوع إليهما ويفتقر إلى الثقة بالنفس. الطفل المدلل لا يستطيع الاعتماد على نفسه أو مواجهة متاعب ومصاعب الحياة لأنه يفتقر إلى المهارات اللازمة للتغلب على المشكلات اليومية.



الطفل المدلل

الطفل المدلل هو طفل قلق بطبعه يستعجل الأمور، ويحكم على المواقف بسرعة دون تفهم، وعلى مستوى شخصي وليس المستوى الموضوعي المطلوب. تسيطر على الطفل المدلل الأنانية وحب السيطرة والعنف في تصرفاته لإحساسه بالتميز عن الجميع. إذا جاء وقت ولم تستطيعي فيه تلبية احتياجاته سينقلب حاله ويتغير معكِ بشكل سلبي، وستفاجئين بتصرفات غير متوقعة منه.



فلنكُنْ أصدقاءَ أطفالنا

عدوانية الأطفال أمر يؤرق الآباء والأمهات، فكثيرًا ما يشتكون من هذا السلوك المحرج ويتساءلون عن طريقة العلاج! وبينما يظن بعضهم أن الحل يكمن في التهديد والضرب يفضل آخرون الصمت إلى أن يصل بهم الأمر إلى حالة من عدم المبالاة.



أسئلة الطفل المحرجة

أسئلة الطفل المحرجة كثيرة، فبعض الآباء يلتزمون الصمت ويتركون الطفل بلا جواب تاركين له الحرية معرفة الجواب عن طريق غيرهم الذين قد يسممون أفكاره بالمعلومات الخاطئة أو الجريئة، وبعضهم – للأسف – يتعامل مع الطفل وكأنه ارتكب



جريمة بسؤاله فيضربه ويصرخ في وجهه، بينما المفترض أن نفكّر تفكيرًا منطقيًّا ونجيب عن أسئلة أطفالنا بشكل مبسَّط سلس بعيد عن الجرأة.



الطفل كتلة من المشاعر والأحاسيس

الطفل كتلة من المشاعر والأحاسيس وهو يفوق الإنسان الكبير في ذلك، وهناك كلمات نسمعها كثيرًا من الآباء والأمهات يصعب جمعها وحصرها تولِّد في شخصيته الضعف والجزع من الشيء وعدم المحاولة للوصول للنجاح والتفوق في مجالات الحياة. على الوالدين أن يزرعوا في أبنائهم قوة الشخصية من خلال حبهم له.



قبلة فم الطفل

القبلة التي تطبعها الأم أو الأب على فم الطفل الصغير وبخاصة عندما يكون في الأشهر الثلاثة الأولى، هذه القبلة كفيلة بأن تنقل إليه الأمراض التي يعاني منها الأبوان أحدهما أو كلاهما، وذلك قبل الشهور الست الأولى من عمره قبل أن تتكون لديه المناعة.



كونوا قدوتهم

أهم شيء في تربية الأطفال أن نكون قدوتهم الطيبة والصالحة، لأن الأطفال مولعون بتقليد الكبار وخاصة الآباء. النصائح يجب ألا تكون مجانية أي أن يكون لها سبب و مبرر لا أن نجلس الطفل بجانبنا ونبدأ في إملاء النصائح عليه؛ لأن تلك المعلومات ستدخل من أذن لتخرج من الأخرى، وقد لا تدخل أصلاً!



افعل ولا تفعل

إذا كنا سنسطر كل شيء لأطفالنا: افعل كذا ولا تفعل كذا، قل كذا ولا تقل كذا، اجلس هكذا ولا تجلس كذلك. فالنتيجة إما أن يكون إنساناً لا يملك شخصية مستقلة ولا يحسن الاعتماد على النفس ويعاني من الاندماج في المجتمع، وإما أن نكون سبباً في إحساسه بالكبت وكل ما يمكن أن ينجر عن ذلك من عقد نفسية، ومن الممكن أن يوصله الكبت للانفجار بأن فيصبح رافضاً لكل أوامر أو نصائح الوالدين.



دلكي طفلك

إن تدليك طفلك يمكن أن يساعد على تهدئته ويساعد على الهضم، بل يحسِّن من عادات نومه، كما أنه ينمِّي الصلة العاطفية بينكما. بالإضافة إلى ذلك فإن التدليك



يعتبر طريقة ظريفة بالنسبة لبقية أفراد الأسرة مثل: الأب والجد والإخوة لقضاء وقت خاص مع الطفل، كما أن التدليك يساعد على نمو الطفل المبستر.



سماع الطفل للأناشيد

سماع الطفل للأناشيد عامل ترفيهي بالنسبة له، فقد ثبت أن لها فوائد أخرى كثيرة، فهي تقلل الضغط العصبي، وتزيد وعيه، وتشجع نموه الحركي، وتحسِّن مهاراته الاجتماعية، كما تحسِّن من قدراته الكلامية ومهاراته المدرسية في المستقبل.



آداب المائدة

آداب المائدة للكبار هي نفسها للصغار باستثناء بعض الاختلافات البسيطة، مثل: تعليمهم التزام الصمت على مائدة الطعام دون التحرك كثيرًا، أو إصدار الأصوات العالية، مع الأخذ في الاعتبار إذا استمرت الوجبة لفترة طويلة من الزمن لا يطيق الطفل احتمال الانتظار لهذه الفترة ويمكن قيامه آنذاك.





توفير الرعاية

نحن الآباء والأمهات نعلم جيدًا أن دورنا الأساسي مع أطفالنا هو توفير الرعاية، ونحن نترجم هذا للمادة والمال. تقرّب إلى أطفالك وبيِّن لهم اهتمامك بما يفعلون أو ما يريدون فعله، فإن الدراسات أظهرت أن الأطفال الذين يحصلون على الاهتمام الشخصي يشعرون بالأمان أكثر من غيرهم.



الأطعمة الخمسة السحرية

خمسة أطعمة هي السر وراء ذكاء الأطفال، إذا أردتِ طفلًا ذكيًّا ونبيها فما عليك إلا أن تحضري له هذه الأنواع من الأطعمة:

زبدة الفستق، والحليب كامل الدسم، والبيض، والبروتينات، والسمك. هذه هي الأطعمة الخمسة السحرية لمن يرغب بأطفال ذوي ذكاء خارق.



البيض

أكدت الدكتورة اليزابيث وارد مؤلفة كتاب تغذية الأطفال المتخصص؛ أهمية البيض في تغذية الأطفال؛ لغناه بالكوليسترول والبروتينات والعناصر الغذائية الضرورية للنمو مثل مادة الكولين الشبيهة بفيتامين ب، والتي أثبتت في الدراسات الحيوانية قدرتها على تحسين التعلم والذاكرة .





التهديد باستمرار

إذا كنت تستخدمين التهديد باستمرار للحصول على الطاعة فسيتعلم طفلك أن يتجاهلك حتى تهدديه، فإن التهديدات التي تطلق في ثورة الغضب تكون غير إيجابية ويتعلم الطفل مع الوقت ألا ينصت لك، كما أن رشوته تعلمه أيضًا ألا ينتبه لك حتى يكون السعر ملائمًا، فعندما تقولين: سوف أعطيك لعبة جديدة إذا نظّفت غرفتك فسيطيعك من أجل اللعبة لا لكي يساعد أسرته أو يقوم بما عليه.



كيف أتعامل مع عصبية طفلي ؟

الاحتمال الأرجح أنك أنت سبب العصبية. هل تعرفين أن الأطفال والرضع يكتسبون النرفزة والعصبية من آبائهم وأمهاتهم وعلى الأخص الأمهات؟ لأنهن الأقرب للأطفال في هذه المرحلة العمرية. حاولي أن تقدمي لطفلك العصبي القليل من الأعشاب المهدئة كاليانسون أو النعناع مع الحديث له وتفهم سبب عصبيته. ضرب الطفل أكبر أسباب العصبية عنده.



الصمت الاختياري

يصل الصمت الاختياري ذروته عند الطفل عندما يمتنع الطفل أيضًا عن الابتسامة والنظر إلى الشخص الذي يحاوره، ولكن هذا يحدث بنسبة نادرة، وهو يكثر حسب ما أشارت إليه الدراسات في الفئة العمرية من ٣ - ١٠ سنوات، ويعبر هذا الصمت الاختياري عن قلق شديد وصراع داخلي يعاني منه الطفل، وأسبابه في بعض الأحيان غير معروفة، وقد يرجع في بعض الأحيان إلى توتر في العلاقات الأسرية.



التهاب الأذن الوسطى عند الأطفال

التهاب الأذن مشكلة شائعة نسبيًا عند الأطفال هذه الأيام، ويصابون بها بسبب عدوى في الجهاز التنفسي، إذ يؤدي الرشح أو الحسّاسية إلى الاحتقان، وبالتالي ينسد أنبوب بوق استاخيو في أذن الطفل، وهو أنبوب صغير في الأذن الوسطى ومن الممكن أن يصبح السائل العالق في الأذن الوسطى سببًا لتكون الفيروسات أو البكتيريا.



العنف مع الطفل

من الخطأ استخدام أسلوب العنف مع الطفل وفرض الأوامر عليه دون إقناع؛ لأن ذلك يقتل لديه تنمية الذات والإحساس بالكرامة والاستقلالية، وكل الدوافع الإيجابية



نحو الإبداع والنجاح هذا إذا لم يصبح الطفل انطوائيًّا ومحبطًا من خلال الشعور بالذل والضعف .



عواطف الطفل

عواطف الطفل قوية فإذا وجدت سدًّا أسريًّا يمنعها من الظهور لجأت إلى طرق أخرى للتعبير عن ذاتها، فعلى الأسرة ألا تستعمل وسائل لا تراعي مشاعره، وقد تظهر على الأبناء عدوانية حادة لمواجهة عدوانية الآباء ومحاولة الانتقام منهم من خلال سلوك ما لا يرضونه.



عدوانية الأطفال

إن أكبر دافع لعدوانية الأطفال شعورهم بتجاهل آبائهم وأمهاتهم لمشاعرهم، لذلك على المربي الناجح والأم الناجحة أن يغوص في المخبوءات الدفينة لدى الطفل محاولة لمساعدته على التعبير عن نفسه ومشاعره بحرية، واحترامه لهذه المشاعر.





الطفل شديد الحساسية

إن الطفل شديد الحساسية يتأثر بأسلوب المعاملة، ويخطىء من يعتقد غير ذلك، وفرض الأوامر على الطفل يقتل الاستقلالية وتنمية الذات لديه. عواطف الطفل قوية، و إذا كبتت تحولت إلى عناد وعدوانية.



فك الرموز

مشكلة الطفل أنه لا يحسن التعبير عن مشاعره من قسوة والديه. وبعبارة أخرى إن الكبار ليسوا قادرين على فك الرموز والرسائل غير الشفوية التي يبعث الطفل بها مستنكرًا طرق التعامل معه أو محتجًّا أو معارضًا.



من مظاهر تحطيم معنويات الطفل

- السخرية من الطفل .
- الاستهزاء به وإطلاق صفات سيئة عليه أو ألقاب سيئة.
- الاتهام المتكرر كاتهامه بالفشل الدائم أو التقليل من قدراته باستمرار .
- الخطاب المهين مثل إطلاق ألفاظ وجمل سيئة : أنت غبي، لا تفهم، أخجل من كونك ابني، لن تنجح، دائمًا تكرر نفس الأخطاء .





عبارات يشيع استخدامها

أنت أعمى ما تشوف، أنت غبي، أنت أصلًا كذَّاب.

عبارات يشيع استخدامها لدى بعضهم إذا أخطأ الطفل، وينسى الوالدان أحيانًا أن الخطأ طبيعة بشرية، فمن لا يخطىء لا يتعلم، وبذلك تحوِّل الأسرة الخطأ إلى سبب ودافع لإحباط الطفل وتحطيم معنوياته والتقليل من قدره وخلخلة ثقته بنفسه.



الإنصات إلى الأبناء

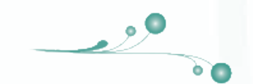
من المهم أن يعتمد الطفل على نفسه لتجاوز خطئه، وينصح الآباء بالإنصات إلى أبنائهم والاهتمام لتفهم أصل الخطأ وعدم اليأس من طفلك مهما تكرر خطؤه. فالحب والتسامح والابتسامة أفضل من الغضب والانفعال .



رفقًا بهم .. إنّهم يتشكّلون!!

أولادنا في مرحلة الصيرورة والتشكّل ليس في بنائهم الجسميّ فقط بل في بنائهم الفكريّ والنفسيّ والعملي. أيضاً هذه الحقيقة تستدعي الرفق بهم وإلا فإنّ إغفالها يوقعنا في الحسابات الخاطئة، إذ إنّ تصوّرنا أنّ طفل الأمس أو الفتى الصغير أصبح شابًّا وبالتالي أصبح ناضجًا بما فيه الكفاية وعارفًا للأمور ومقدِّرًا للعواقب يجعلنا نشدِّد في الحساب عليهم .





أطفال الخامسة في خطر

دق خبراء الصحة ناقوس الخطر بعد ارتفاع وفيات الأطفال تحت سن خمس سنوات في العالم، حيث بلغت الوفيات بين هذه الأعمار عشرة ملايين طفل سنويًّا. وركَّز الخبراء في تقريرهم على أسباب الوفاة التي تحدث بسبب الحوادث والجروح والإصابات المنزلية حيث شكَّلت هذه الأسباب ما مقداره ٨٢٩ ألف حالة وفاة في عام ٢٠٠٩ أي ما يعادل وفاة ٢٢٧٠ طفلًا يوميًّا.



أسعدوا أطفالكم

لا يخفى على أحد أن هدف العملية التربوية هو إسعاد أطفالنا وتعليمهم المهارات الاجتماعية والحياتية والتي تمكنهم من تحصيل الرضا النفسي والارتياح الذاتي والذي سيكون لهم عاملًا وقائيًّا عن كثير من الصدمات والتصدعات والأمراض.



غذاء الطفل

يتفق الأطباء أنه كلما تنوَّع غذاء الطفل كان نموه أفضل، وكلما ابتعد عن تناول الأطعمة الغنية بالدهون المشبعة وقلل من التهام السكاكر والشوكولاته انخفض عنده



خطر إصابته بأمراض القلب والسمنة. البطاطا (التشبز) خطر متفاقم على صحة أطفالنا.



الثقة بالنفس

الثقة بالنفس تساعد الطفل على اكتشاف العالم من حوله وتحقيق الإنجازات وبناء علاقات اجتماعية، والأهم من ذلك تكسبه القدرة على التحكم في نفسه. الطفل يشعر بالحنان والحب والتشجيع لذاته وللمجهود الذي يبذله والإنجازات التي يحققها . علّمي طفلك الثقة فهو بحاجتها في كل لحظات حياته.



العلامات العاطفية لاكتئاب الأطفال

- الحزن: يشعر المريض بالحزن على أي شيء تافه، ويكون لديه رغبة في البكاء وأحيانًا يخفون دموعهم وينسحبون .
- فقدان المتعة أو الاهتمام: يبتعد الطفل المريض عن كل الأشياء التي كانت تستهويه قبل الاكتئاب.
- الشعور الدائم بالقلق: يتحول المريض إلى شخص قلق متوتر وخائف من أي شيء.
- الاضطراب: يشعر دائمًا بالقلق والاضطراب ويعبر عن غضبة بشكل عصبي.



تمنيات الأطفال

- أتمنى أن لا يتدخل أبي في كل صغيرة وكبيرة وشاردة وواردة في حياتي. أريده أن يمنحني شيئًا من الحرية والاستقلال.
- أتمنى أن يحاورني في بعض الأمور المهمة لا أن يطالبني بتنفيذها بالعنف والإكراه على أني طفل ولا أفهم ما يدور حولي.



فرحة الأطفال

يأتي عيد الأضحى ويحمل معه الفرحة للأطفال، الفرحة بزيارة الأقارب وبشراء الأضحية والحج برفقة أهله ..

فرحة الأطفال بملابسهم الجديدة والعيدية، وفرحة الجميع بذبح الأضاحي تعود بالأثر الإيجابي على صغارنا.



اختيار الفرحة لأطفالنا

عادة ما تقتصر فرحة الأطفال في عيد الأضحى على الاستمتاع بوقت ذبح الأضحية والخروج مع الأسرة؛ نظرًا لأن هذا العيد عيد اللحمة وليس عيد العيدية



والألعاب النارية.

اختيار الفرحة لأطفالنا نابع من اهتمامنا بهم مع تعبنا من عناء يوم العيد كآباء وأمهات.



صفة الاتكالية

تبدأ صفة الاتكالية بالبروز عند الطفل منذ السنوات الأولى من عمره وذلك عندما يبكي كثيرًا لدفع أبويه إلى حمله، ثم تتدرّج بإهماله لكل أمر والطلب إلى أبويه بقضائه إلى أن يكبر فلا يستطيع أن يتخذ قرارًا واحدًا في حياته.

تظهر صفة الاتكالية لدى الأطفال الذين يعانون من مشكلات تعليمية وسلوكية وتأخذ أشكالًا متعدّدة أوضحها الصراخ المتكرر.



صفات الطفل الحساس وطرق التعامل معه

هل طفلك دائم التوتر؟ وهل يبكي بسرعة في المدرسة؟ بل هل يعاني صعوبة في النوم خارج المنزل؟. قد يكون طفلك من بين الـ ١٥ إلى ٢٠ في المئة من الأطفال المصابين بحساسية مفرطة منذ الولادة. تقول الطبيبة النفسية إلين أرون: إن الأطفال المفرطي الحساسية لديهم ميل لمراقبة محيطهم بشكل أكبر والتفكير مطوّلًا قبل القيام بأي تصرُّف.





المواضيع الجنسية

إن الخوض في المواضيع الجنسية من أصعب الأمور التي تواجهنا؛ كون أن بعض المجتمعات تنظر إلى مسألة الجنس عند الأطفال نظرة سلبية، ولكنها مشكلة موجودة ولا بد من توعية الأطفال؛ لكي لا يتعرضوا للتحرش يجب أن تكون التربية والتوعية دقيقة بحيث يجب توجيه الفتيات من أجل منع تعرضه للاستغلال الجنسي مما يؤدي إلى مشاكل نفسية معقدة.



مصادقة الأطفال

إن لم تصادقوا أطفالكم قد تؤدون بهم إلى ما لا تودونه. مشكلة الحوار بين الآباء والأمهات والأبناء ليست مشكلة الأبناء وحدهم، فإذا نشأ الطفل وقد اعتاد الحديث والحوار بين الآباء والأمهات تكوَّنت صداقة أسريَّة جميلة، لكن الأب في عمله مشغول، والأم لديها مشاكل البيت والعمل.



تنمية الجرأة في ذات الطفل

إن تنمية الجرأة في ذات الطفل هي من أهم عناصر بناء شخصيته، وهذه الجرأة المرادفة للشجاعة ونقيض الخجل والجبن تنميتها في ذات الطفل من خلال التربية



وسوف تساعده على مجابهة الصراعات والمواقف التي قد يتعرض لها في هذه الحياة المليئة بالمفاجآت والصدامات اليومية .



تربية في دقيقة

أسلوب الدقيقة الواحدة أسلوب حديث في تربية الأطفال، فإذا كنت تعاني من تمرد طفلك أو طفلتك أو كنت تشعر بوجود مشكلة في تربيتك لهم فحاول تطبيق أسلوب الدقيقة الواحدة في تربيتهم، وانظر فيما إذا كان ذلك مجديًا معهم. اغضب لدقيقة واحدة فقط أو مازِحْه لدقيقة وقل: لو كنت مؤدبًا لكنت لاعبتك أكثر، وهكذا ستجد الدقيقة الواحدة مليئة بالأمثلة التربوية.



تقويم لسان الطفل

اللفظة العذبة الرقيقة المهذبة لها أثر ساحق في جذب الأفئدة وتقوية العلاقة بين الطفل ووالديه، من أهمها: إزالة حواجز الرهبة والخوف، وزيادة أواصر المحبة وانتقاء أطيب الكلمات والعبارات مع أولادنا الصغار. إنها سلوك إيماني يتمثله الصالحون في أقوالهم.





صناعة طفل متفوق

إن الوصول إلى النجاح والتفوق في الحياة هدف يسعى إليه الآباء والأبناء، فالتفوق يحقق الثقة بالنفس لدى الأفراد، ويجعل منهم أناسًا فاعلين، وأعضاء منتجين في مجتمعهم فيكسب الشخص احترام الناس وتقديرهم.

لماذا يعاقب الطفل والديه؟

ثمّة عدد من التصرّفات الخاطئة التي يقترفها الأطفال هي عبارة عن عقاب للآباء أو ردّ فعل على تصرفات تزعجهم ويتخذ هذا العقاب الأشكال التالية:

العناد، والحركات الاستفزازية، والكذب، والتبول اللاإرادي. ومما لا شك فيه أنّ هناك عددًا من الأسباب التي تدفع الطفل إلى اللجوء إلى هذه الأفعال.



كيف تربين طفلك بلا صراخ ؟

يشير الخبراء إلى أن الضغوط تسهم في تحويل المشكلة الصغيرة إلى قضية كبرى، إذ ربما تثور الأم لمجرد أن طفلتها رفضت ارتداء بيجامتها مع أن هذا التصرف يعد طبيعيًا لمن هم في مثل سنها. قبل أن تلجئي مثلًا إلى صفع طفلك توقفي ، خذي نفسًا عميقًا جدًا، وأخبري طفلك بأنك غاضبة جدًّا وتحتاجين إلى أن تهدئي روعك.





لماذا يصبح الطفل مزعجًا؟؟

يؤكد علماء النفس والأطباء النفسيون على أن الطفل المزعج لا يعتبر حالة أو ظاهرة مرضية، وإنما هو سلوك يعبر عما يعتري الطفل من شيء يخافه أو يقلقه أو يضايقه، فقد يرجع السلوك المزعج من قبل الطفل إلى شدة الخوف من والديه أو أحدهما، وقسوتهما في معاملته وعقابه دائمًا بصورة مبالغ فيها على كل كبيرة وصغيرة، أو أي خطأ ولو كان بسيطًا يقع فيه الطفل.



اكتساب اللغة

يمر معظم الأطفال في مرحلة اكتساب اللغة بين سن ٢-٦ سنوات تقريبًا بمرحلة تدعى عدم الطلاقة اللفظية، أي: يحدث لديهم تقطيعات في كلامهم أبرزها الإعادة سواء إعادة مقطع من الكلمة أو صوت منها؛ لأن هذه المرحلة هي المرحلة الذهبية لاكتساب معظم المهارات بما فيها المهارات اللغوية، وبسبب العبء الذي يمر به الأطفال يحدث لنسبة كبيرة منهم صعوبات أثناء التعبير.





الشجار بين طفلين

لحل مشكلة الشجار بين طفلين عليكِ وضع قوانين واضحة لملكية الأشياء في المنزل، بمعنى إذا كانت اللعبة تخص أحد الأطفال فيكون له حق التصرف الأول فيها، ويكون له حق أخذ القرار بالسماح لغيره من إخوته أو أخواته باستخدامها، وإذا كانت اللعبة مشتركة، ملكيتها لا تخص طفلًا واحدًا في العائلة فيجب أن تكون القاعدة هي إعطاء كل طفل وقتًا محددًا مساويًّا.



كتمان أسرار المنزل

تسبّب عفوية الأطفال غالبًا مشاكل لذويهم، فكم مرّة أفشى ابنك مشاعرك الخاصة تجاه من تزورينه، أو ذكر تفاصيل حادثة حصلت في المنزل دون أن يدرك أنها أمر خاصّ يجب عدم إطلاع الآخرين عليه! إن بعض العلاقات مرشحة للانهيار بسبب تفوّه الصغير بكل ما يسمع من حديث بين والديه أو داخل أسرته.



منفعة البكاء للأطفال

شهد الأطباء بكافة التخصصات الدقيقة للأطفال على منفعة البكاء لهم إذا كان بالقدر المعقول. يوجد في أدمغة الأطفال رطوبة لو بقيت في أدمغتهم لأحدثت آثارًا



عظيمة، فالبكاء يسيل ذلك ويحدره من أدمغتهم فتقوى أدمغتهم وتصح، وأيضًا فإن البكاء يوسِّع عليه مجاري النَفَس ويفتح العروق ويقوِّي الأعصاب.



كيف تعالج فلتات لسان طفلك؟

عندما يبدأ ابنك بتلفظ كلمات نابية محرجة تنم عن وقاحة وسخرية وبذاءة ينشأ لدى الوالدين شعور بالأسف والألم تجاه سلوك الابن غير الواعي بما يخرج من فمه من ألفاظ مزعجة، والحقيقة التي لا ينبغي تجاهلها أن الألفاظ اللغوية لدى الطفل يكتسبها فقط من خلال محاولته تقليد غيره، لذلك كان لزامًا على الوالدين أن يراقبوا كلامهم أمام أطفالهم .



وقفات مهمة للآباء والأمهات

- تذكَّر أن كلَّ طفل هو عالمٌ قائمٌ بذاته.
- ينبغي أن تتغير أنت إلى الأفضل إذا كنت ترغبُ في تربية أبنائك للأفضل .
- يمكنك الاستفادةُ من تجارب الناجحين والمتخصصين في تربية الأبناء ؛ لمعرفة آفات التربية الخاطئة لكي لا تقع فيها.





الخوف المرضي من المدرسة

المخاوف المرضية من المدرسة هي واحدة من العديد من الاضطرابات السلوكية التي تنتشر بين الأطفال في مرحلة الطفولة بصفة عامة، وهي حالة انفعالية طبيعية تشعر بها كل الكائنات الحية، تبتدئ في أشكال متعددة وبدرجات متفاوتة في الشدة، وحلها من السهل بمكان، وهي فقط تحتاج عدم العصبية وتفهم الحالة بشكل جيد.



الرحمة بالأطفال

عن أنس رضي الله عنه قال: ما رأيت أحدًا كان أرحم بالعيال من رسول الله صلى الله عليه وسلم، كان إبراهيم ابنه مسترضعًا في عوالي المدينة، وكان ينطلق ونحن معه فيدخل البيت فيأخذه فيقبّله ثم يرجع .



قبل أن يدخل طفلك في البكاء

من المفيد عندما تشعر أن الطفل سيصاب بنوبة الغضب، قبل أن يدخل في البكاء حاول لفت انتباهه إلى شيء مثير في الطريق: إشارة حمراء، صورة مضحكة، لعبة مفضلة. وأخيرًا تذكَّر نقطة مهمة دائمًا وهي: مرة واحدة فقط كافية ليتعلم الطفل أنه إذا صرخ وبكى وأعطي ما يريد عاود التصرف ذاك مرة أخرى.





كيف نتحكم بنوبات غضب الطفل ؟

- كن هادئًا ولا تغضب، وإذا كنت في مكان عام لا تخجل وتذكر أن كل الناس عندهم أطفال وقد تحدث لهم مثل هذه الأمور .

- ركز على الرسالة التي تحاول أن توصلها إلى طفلك وهي: أن صراخك لا يثير أي اهتمام أو غضب بالنسبة لي ولن تحصل على طلبك.



كيف تتخيل ابنك بعد عشر سنين ؟

أغلب الناجحين في العالم عند دراسة تاريخهم وُجِدَ أن طفولتهم كانت متميّزة؛ وذلك بسبب الظروف التربوية التي مروا بها: إما بالتخطيط المبكر من الوالدين، أو من التحديات التي واجهوها، فأثبتوا نجاحهم من خلال تجاوزها. فهل فكرت وقررت أن يكون طفلك منهم خلال عشر سنوات قادمة.



مقامرة

كثير من الأمهات والآباء الصالحين يعتقدون أن الأساليب التربوية أو غير التربوية التي تربوا عليها صالحة لأبنائهم؛ بحجة أنها أوصلتهم للنجاح والصلاح، ولكن الحقيقة أن نسبة المخاطرة ٥٠٪ نجاح، و٥٠٪ إخفاق وهذه مقامرة.





تفكيك اللعب

أكثرنا يعلم أن الطفل عندما يقوم بتفكيك لعبة فإنه بالضرورة لا يقوم بعمل تخريبي، فهو يستكشف ولكن عندما يأتي الواقع نقاوم هذه الميزة الاستكشاف بتوبيخ الطفل على ما يقوم به؛ بحجة أنه يتلف اللعبة الجديدة وربما نضرب أطفالنا، والسبب جهلنا بالتربية وفهم نفسيات رياحين بيوتنا.



الطفل واللغة

مسؤولية الأم في تعليم طفلها اللغة تبدأ منذ الأسابيع الأولى لولادته، فهو وإن كان لا ينطق الكلمات فإن جهازه الفيزيولوجي يأخذ في النمو والسير نحو النضج منذ الإشارات الأولى للكلام التي تبدأ بالمناغاة وإصدار بعض الأصوات التي لها معان عنده مثل الأصوات التي يطلقها في حالات الجوع أو الألم أو غيرها ثم تتطور لتصبح كلمات.



الإيحاء السلبي

ابتعد عن الإيحاء السلبي مع طفلك، واستخدم الإيحاء الإيجابي، ولأجل هذا يفضَّل دائمًا توفير البدائل، فعندما تمنع طفلك من شيء حاول أن توفِّر له البديل إذا أمكن.



مثال للتوضيح: يحب طفلك القفز على السرير! قل له: السرير صنع للنوم، ولكن إذا كنت تحب القفز سأشتري لك (نطيطة) وأضعها في ساحة المنزل؛ لكي تقفز عليها كما تشاء، أو في نهاية الأسبوع سآخذك للملاهي وأركبك (النطيطة) وتقفز عليها حتى تتعب.



لهو الأطفال

يُسهم لهو الأطفال في الهواء الطلق يوميًّا في شحن مخزون فيتامين D بأجسامهم، يمكن الحصول على هذه الكمية بإعطاء الطفل ١٥٠ غرامًا من السمك الغني بالدهون أسبوعيًّا، أو ٢٥٠ غرامًا من الفِطر يوميًا، أو شريحة من السلمون تزن ٣٠ غرامًا في اليوم.



اليد اليمنى

يجب تعويد الطفل استعمال اليد اليمنى في الأخذ والعطاء والأكل والشرب والكتابة والضيافة، وتعليمه التسمية بسم الله الرحمن الرحيم أول كل عمل خصوصًا الطعام والشراب، وأن يكون قاعدًا، وأن يقول عند الانتهاء: الحمد لله، ربنا زدها نعمة واحفظها من الزوال . يجب كذلك تعويد الولد على النظافة فيقص أظافره، ويغسل يديه قبل الطعام وبعده، وتعليمه الاستنجاء ولا ينجس لباسه.





الفراش

من الأمور التي يغفل عنها الآباء والأمهات أنه يجب أن نجعل لكل ولد فراشًا مستقلًّا إذا أمكن، وإلا فلحافًا مستقلًا، مع تخصيص غرفة للبنات وغرفة للبنين؛ وذلك حفظًا لأخلاقهم وصحتهم.



تعزيز الثقة بالنفس

على الوالدين تعزيز ثقة الطفل بنفسه؛ لأنها دائمًا العلاج الذي يبني حاجزًا متينًا بينه وبين تكرار الخطأ، وفي الوقت ذاته تعليم الطفل تحمل مسؤولية أخطائه ليكتسب مهارة التحكم في الذات، كما ينصح الآباء بالبحث عن واقع الخطأ لدى أبنائهم؛ لمعالجة الأصل بدل التعامل مع الأعراض.



الخطأ عند الأطفال

على الأسرة في كل الأحوال أن تكون دومًا بجانب الطفل وتشاركه إحساسه وتمارس التوجيه الإيجابي معه، فمن الضروري فصل الخطأ عن شخصية الطفل، فلا أحد يحب أن يُعرف بأخطائه عند الآخرين، وبدلًا من إخافة الطفل من الفشل بشكل مغالى يجب تعليمه المعايير السليمة التي من خلالها يتعرف إلى الخطأ.





وصايا رائعة من طفل لأمه

- أرجوك يا أمي لا تفسديني بالدلال وإعطائي كل ما أطلب.
- أرجوك يا أمي لا ترهقي أعصابي بالإهمال أو تتركيني أصرخ وأتألم فوق الاحتمال.
- كوني حازمة معي، فالحزم مفيد والتردد مضر، فإن قلت: لا؛ فاجعليها لا، وإن قلت: نعم؛ فاجعليها نعم؛ حتى أشعر بالأمان والثقة .
- لا تتركيني أصنع أشياء رديئة وأعتاد عليها، فالمرء هو نتائج عاداته.
- لاتهينيني أمام الغرباء والأقرباء إن أخطأت، فالنصيحة في السر هي أفضل .
- لا تجعليني أشعر بأن أخطائي لا تغتفر، لأن ذلك يضيق علي وسع الحياة.
- لا تكثري في لومي وسبي، فأنا حينئذٍ سأصم أذني.
- حاوريني إذا استفسرت، وأجيبيني إذا سألت ؛ حتى نتصادق ولا أبحث عن البديل.



في محل الألعاب

من الطبيعي بالنسبة لطفلك أن يتمنى أن يملك كل لعبة في محل اللعب عندما تذهبون للتسوق، وبدلًا من زجره ووصفه بالطمَّاع قولي له: أنت تتمنى أن تحصل على كل اللعب ولكن اختر لعبة الآن وأخرى المرة القادمة، أو اتفقي معه قبل الخروج مهما



رأينا فلك طلب واحد أو لعبة واحدة، وبذلك تتجنبين الكثير من المعارك، وتشعرين الطفل بأنك تحترمين رغبته وتشعرين به .



تدخل الأب

تدخل الأب في تربية الأطفال منذ طفولتهم يجعل التواصل معهم سهلًا في جميع مراحل العمر التالية، لكن بقي أن نقول : إن هذا التدخل أظهر بكل وضوح أن العلاقة السليمة والتربية الصحيحة بين الآباء والأبناء لا تتوقف فقط على وجود الأب بل على مدى تواصل الأب مع أبنائه، بل وجود الأم الذي يمهد للأب كل هذا التأثير الإيجابي. بعبارة مختصرة وجود الطفل مع أمه أكثر هو الآمن له نفسيًّا.



خجل المظهر

هناك بعض المواقف التي يظهر فيهل الخجل لدى بعض الأطفال،كأن يخجل الطفل عندما يرتدي جديدًا، أو عندما يرتدي لباس البحر، أو الأكل في المطاعم العامة، أو أكل بعض الأشياء البسيطة، أو حينما يقص شعره، أو يغير طريقة تصفيفه، أو اللعب على مشهد من الكبار، أو عندما يأتي بحقيبة جديدة. وهو من أشد أنواع الخجل التي تظهر الطفل سويًّا أو غير سويٍّ؛ لأنه يتلافى ويبتعد عن جذب الانتباه .





عند إصابة الطفل بالحروق

عند إصابة الطفل بالحروق المترافقة بالفقاعات اغسل مكان الحرق بماء بارد ولا تخرب الفقاعات، ثم اتصل بالطبيب، ولا تغطِ الحرق. وكل حرق في الوجه أو اليدين أو القدمين أو الأعضاء التناسلية يجب أن يتم مشاهدته من قبل الطبيب في أقرب وقت.



الكذب

إن مشكلة الكذب عند الأطفال هي مشكلة منتشرة على مستوى واسع، وهي ظاهرة يجب التعامل معها من قبل الآباء والأمهات بصورة جدّية ومسؤولية مباشرة، وألا يتركوا أبناءهم عرضة لها ولمضارها وأخطارها الاجتماعية والتي تعود على قائلها بالمضرة والخسران وخصوصًا إذا أصبحت جزءًا من سلوكهم وعادةً متأصلة في أقوالهم وأفعالهم.



الوقاية من الكذب

الوقاية من الكذب خير من علاجه، وهذا يتوقف على أسلوب التعامل مع الطفل، فهو يمتص الصدق من المربي أو من المحيطين به. فالالتزام بالأقوال والأفعال شرط



مهم في التعامل مع الطفل؛ لأن الولد إذا نشأ على الخداع وعدم المصارحة من الآخرين فأكبر الظن أنه سوف يؤثر سلبًا في تكوين الصدق داخله .



معركة النوم

الطفل الذي لا يجدي معه الحيلة عند النوم قد تلجأ الأم إلى وضعه في السرير وتتركه ولا تأبه بصراخه، وتضع في حسابها أنها إذا ضعفت أمام دموعه وصراخه وحنت إليه فستخسر معركة النوم للأبد، وسيستمرئ الطفل طريقته الصراخية الدموعية، وسيطبقها في كل معاركه الأخرى. أما إذا كانت الأم قوية الإرادة فستستمر في تجاهل هذا الصارخ الباكي، وسيسكت في النهاية وسيعلم أن طريقته هذه فاشلة وسيرضخ وينام، وتنتصر الأم .



علاج الكابوس الليلي عند الأطفال

- تجنب الإكثار من كمية وجبة العشاء؛ فالمعدة الممتلئة من أهم مسببات الكابوس .
- التقليل من النشويات والخضار.





فوائد الرضاعة للأم والوليد

- الارتباط النفسي والعاطفي بين الأم وطفلها أثناء الرضاعة.
- التقليل من احتمال الإصابة بسرطان الثدي.
- الاتصال المبكر بالأم ووليدها مهم جدًّا لاستقرار نفسية الأم والوليد.
- الرضاعة المبكرة تساعد على عودة الرحم إلى حجمه الطبيعي وتمنع حدوث حمى النفاس.



عضلة الكتابة في اليد

يجب عدم إجهاد عضلة الكتابة في اليد قبل ٥ سنوات، وهذا هو السن الذي تكتمل فيه نموها، أي لا يستعجل الوالدان الطفل في الكتابة قبل اكتمال هذه العضلات؛ حتى لا تجهد، ولكن يسمح للطفل بالتلوين والرسم، ولكن لا يمكنه التحكم في الخطوط وإظهارها بمظهر المبدعين حيث إنه لا يستطيع التحكم بعد .



النوم في الهدوء الزائد

على الأم أن تحذر تعويد طفلها على النوم في الهدوء الزائد بعيدًا عن أي ضوضاء أو إنارة، فربما حصل للطفل أمر مفزع من صياح أحد الأطفال، أو صوت الباب فيصرخ الطفل بذلك ويفزع من مجرد سماع هذا الصوت، فإذا حصل أن فزع الطفل مثلًا من



سماع صوت جرس الباب أو قفله وأخذ في الصراخ فعلى الأم أن تسرع بما ينسيه إياه، أو تسارع إلى إرضاعه؛ ليزول عنه ذلك المزعج له ولا يرتسم في مخيلته.



النوم في ليالي الشتاء

خلال الليالي الشتوية الطويلة يجب على الأم أن يتخطى طفلها السهر وينام باكرًا، وأن لا يتعود النوم في النهار والصحو آخر الليل، فإن ذلك يقلق الأم ويعيقها عن مسؤولياتها الأخرى تجاه زوجها وأبنائها، ولكن متى ما بدر عليه النعاس بعد كثرة اللعب تبادر بوضعه في الفراش ولا ترهق أعصابه وتقاوم رغبته في النوم.

الربو الشعبي

احترسي من إصابة ابنك بالربو الشعبي في فصل الشتاء، فالربو الشعبي هو ضيق في التنفس؛ نتيجة للتعرض لمواد مسببة للحساسية، وأسبابه كثيرة منها: الأتربة التي تتعرض لها الأجواء خلال هذه الأيام، والعته والفطريات، وريش الطيور وشعر الحيوانات. ننصح الأم بعدم التوتر الشديد أمام الطفل؛ لما يسببه ذلك من انفعاله وقلقه الشديد.





أبناؤك الأشقياء

أبناؤك الأشقياء يحتاجون إلى معاملة خاصة في تربيتهم، ومهما كان خطأ الصغير فإن الأسلوب الهادئ ومحاولة شرح الموقف له يعد أفضل أسلوب يضمن تمتع الطفل بشخصية مستقلة لا تعاني من الإحساس بالتبعية.



كيفية علاج طفلك من النزلات المعوية

من أعراض النزلات المعوية القيء الحاد المصحوب بالإسهال، وفي هذه الحالة على الأم فورًا إعطاء الطفل محلول معالجة الجفاف، ولكن ببطء إن وجد أن القيء يتوقف مع استعمال المحلول، وبالطبع على الأم أن تسرع في عرض طفلها على الطبيب المختص. ومن الأخطاء الشائعة لجوء الأم إلى تغيير نوع الحليب بآخر دون استشارة الطبيب.



استيقاظ الطفل

إذا استيقظ طفلك لتناول وجبة اتركيه لينام بعد ذلك ثم يستيقظ فيتناول طعامه ثم يلعب لفترة ثم يعاود النوم من جديد. إن تنظيم هذه الخطوات بالنهار يساعد على سهولة استغراقه في النوم بالليل، ويجب على الأم أن تعوِّد طفلها على أن



تتركه في السرير بمفرده لفترة قبل أن تهزه؛ حتى يتعوَّد تدريجيًا على النوم بمفرده. وكي لا يصاب الطفل بالأرق يفضَّل الخروج في الهواء الطلق.



كيف تتأكدين من سلامة السمع عند طفلك؟

الفترة المثالية لاكتشاف الصمم عند الطفل هي منذ ولادته وحتى الشهر السادس عشر من عمره، وفي حالة الأطفال ضعاف السمع تلحظ الأم عدم الاستجابة للأصوات والسكون التام، وترتكز الرعاية الطبية الناجحة لضعاف السمع والمصابين بالصمم على الاكتشاف المبكر للصمم والذي تلعب فيه الأم دورًا أساسيًّا.



التهاب الأذن

قد يكون سرحان الطفل ناتجًا عن التهابات في الأذن تؤدي إلى عدم استجابته عند النداء عليه، والتهاب الأذن عند الأطفال إذا عولج في وقته عاد الطفل طبيعيًّا، وإذا أهملت فإن مضاعفاتها تتطور من ثقب في الطبلة إلى ضعف في السمع على التهاب مزمن في الأذن إلى تسوُّس في عظام الأذن، لذا يجب المبادرة في حسم العلاج؛ حتى لا تؤدي إلى مضاعفات تهدِّد الصغير بمتاعب في السمع.





تدليل الطفل الزائد يسبب عيوب النطق

إن السبب في إصابة الطفل بأحد أمراض التخاطب يرجع في معظم الأحوال إلى الوالدين، حيث إن النطق الخاطئ للكلمات والحروف الخاطئة؛ بهدف تدليله تؤدي إلى ظهور عيوب النطق لديه، لذلك فأهم نصيحة للوالدين هي النطق السليم أمام الطفل بحيث تكون مخارج الألفاظ سليمة وواضحة.



الحقائب المدرسية

الحقائب المدرسية الثقيلة تؤثر على العمود الفقري وبالتالي على استقامة ظهور الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٧ و ١٣ سنة، وينصح بتنبيه الأطفال إلى ذلك وتخفيف ما يمكن تخفيفه من الكتب قدر الإمكان، وحثهم على حمل حقائبهم بأيديهم.



واجبات المدرسة

قد يهرب الطفل من عمل واجبات المدرسة، وهذا التصرف معناه أنه محتاج إلى مساعدة نفسية وليست مساعدة لعمل الواجب، فأعطه الاهتمام مثل إخوته تمامًا، وازرع الثقة بنفسه إذا نجح في عمل شيء بالمنزل، ولا تلقِ عليه العبء وحده بل اجعله



يشعر بالمساعدة، ولا تؤنبه بشدة إذا اخطأ في شيء، وافتخر به عند حصوله على درجة ممتازة.



الأم قدوة متحركة في أرجاء البيت

الطفل يتأثر بما يدور حوله، فإذا كانت الأم صادقة أمينة خلوقة كريمة شجاعة عفيفة نشأ ابنها على هذه الأخلاق الحميدة والعكس بالعكس، فالطفل ما لم يوجه التوجيه السليم فإنه بلا شك سينحرف إلى الجانب السلبي.



وجبة الإفطار

وجبة الإفطار ضرورية ومهمة لبداية يوم نشيط وخاصة للأطفال حيث إنهم دائمو الحركة والمجهود، ويجب أن تتكون وجبة الإفطار من كوب حليب وسندويش جبنة أو مربى أو غيرها وبيض . أما الأطفال في مرحلة الدراسة ٦ سنوات فأكثر؛ فإن للإفطار تأثيرًا مهمًّا في القدرة على التحصيل الدراسي لديهم.



الاكتئاب

إن علاج حالات الاكتئاب التي تصيب الأطفال تحتاج إلى قدر من الحذر، وينصح الأطباء بالتعرف إلى مشكلة الطفل منذ البداية، حيث إن لدى الطفل المقدرة



في التعبير عن مشاكله، فالاكتئاب والانطوائية والتغير المفاجئ في تصرفات الطفل من علامات التعبير عن مشاكله. حاولي أن توفري للطفل الشعور بالطمأنينة والثقة بالنفس وتشجيعه، وإذا لاحظت تغيّرًا في تصرفاته قد استمر لمدة فلا تترددي في عرضه على طبيب نفسي.



الوقاية من الأمراض

على الأب والأم أن يقيا أطفالهما من الأمراض وذلك بالعناية بالأكل، وتحذير الطفل من شراء أي مأكولات من خارج المدرسة، فالأمراض تنتشر من كثرة الذباب الذي ينقل الميكروبات، وأيضًا فإن تخمر المأكولات والمشروبات بسرعة يساعد على تكاثر الميكروبات.



صغير لكنه قوي الذاكرة

غالبًا ما يكون الطفل في مرحلة ما قبل المدرسة فضوليًّا كثير التساؤل، يرغب في التعرف على البيئة المحيطة به واستكشاف كل ما يوجد حوله، كثير الجدال، يستطيع التفرقة بين الصواب والخطأ والخير والشر. لذلك يمكن استغلال هذه المرحلة العمرية في بناء شخصيته من جميع النواحي؛ لقوة ذاكرته.





كيف نشرح الموت للطفل؟

أظهرت النتائج أن الأطفال استطاعوا إدراك نهائية الموت بشكل مبكِّر وسابق لإدراكهم لمفهوم عالمية الموت، حيث استطاع أكثر من ٨٠٪ من أطفال سن السادسة إدراك أن الموت حدث نهائي، واستطاع جميع الأطفال في سن السابعة إدراك هذا المفهوم تمامًا. ليس صحيحًا إذن أن نجنِّب الطفل رؤية الميت أو أن نتجنب الحديث عن الموضوع أمامه.



بوابة الشخصية المثالية

أشعري طفلك بأهميته في الأسرة، وبأنه عنصر له قيمته واحترامه، وأنه فرد مطلع على تفاصيل العائلة وما يدور بداخلها، فهذه التصرفات ستشعره بأهميته وتعزّز لديه ثقته بنفسه وتعلّمه تحمّل المسؤولية .الأخذ برأي أطفالنا بوابة الشخصية المثالية لهم.



قواعد واضحة

إن وضع القواعد لأطفالنا صعب بالنسبة لأي أم وأب، ولكن إذا وضعتم قواعد واضحة ومتناسقة وعاملت طفلك باحترام وصبر فستجد أنه كلما كبر أصبح أكثر تعاونًا وأشد برًّا بوالديه.





مثلث الحب

التعامل الصحيح مع الطفل يكون وفق مثلث قاعدته الحب وضلعاه العدالة والفهم. من الحب للطفل أن أبتعد عن الصراخ والضرب والشتم وعبارات: أنا ما أحبك، انقلع عن وجهي، وجع يوجعك، مقرف، وكذلك عبارات المقارنة مع إخوته.



العقاب الجيد للطفل

من أفضل أنواع العقاب الجيد للطفل هو العزل المؤقت، وله أنواع من أهمها: قطع العلاقة بينه وبين الأبوين والإبقاء على العلاقة الروتينية: أطعمه .. أعطيه كل احتياجاته ولكن دون أي تواصل عاطفي . من العدالة مع الطفل احترام شخص الطفل وخصوصيته بأن يكون العقاب بعيدًا عن أنظار كل الناس أي بينك وبين الطفل فقط.



العصبية

يرى علماء النفس أن العصبية لدى الأطفال ترجع إلى أحد سببين:

- أسباب عضوية مَرضية مثل : اضطرابات الغدَّة الدرقية، اضطرابات سوء الهضم ، مرض الصرع .
- أسباب نفسية واجتماعية وتربوية.





مظاهر العصبية لدى الأطفال

- مص الأصابع .
- قضم الأظافر .
- إصرار الطفل على رأيه .
- بعض الحركات اللاشعورية مثل : تحريك الفم، أو الأذن، أو الرقبة، أو الرجل وهزها بشكل متواصل .... إلخ .
- صراخ الطفل بشكل دائم في حالة عدم تنفيذ مطالبة .
- كثرة المشاجرات مع أقرانه.



رغبات الطفل

أن نحب أطفالنا ونريدهم أن يكونوا سعداء لا يعني أن نحقق لهم جميع رغباتهم، فهذا النوع من الحب لا يبني شخصية الطفل بطريقة إيجابية، إذ يضعف التدليل إحساسه بالأمن والطمأنينة بعيدًا عن والديه، ويدفعه إلى التفكير في ذاته فقط. أي: أن يصبح اتّكاليًّا أنانيًا.





ردود فعل الوالدين

يقول (دنيس شولمان) أحد الاختصاصين في مجال سلوك الأطفال: إن الأطفال يترجمون ردود فعل الوالدين إلى سلوكيّات تمكّنهم من تحقيق ما يريدون، ولذا من الخطأ الكبير أن يتعوّد الطفل على تلبية كل طلباته. من المفروض أن يسمع الطفل كلمة (لا) كثيرًا؛ ليكفّ عندها من استخدام الأساليب الملتوية لتحقيق مطالبه.



العاطفة الفياضة

يحذِّر رجال التربية الأسرة من العاطفة الفياضة التي تجعل الطفل عاجزًا عن الارتباط بأقرانه حيث يشعر بتشبع شديد من عاطفة الأسرة فلا يميل إلى الآخرين وذلك ينمي داخله الوحدة والانطواء . الطفل المدلل هو طفل قلق بطبعه يستعجل الأمور ويحكم على المواقف بسرعة دون تفهم وعلى مستوى شخصي وليس المستوى الموضوعي المطلوب.



علامات تسمم الطفل

- فقد الوعي.
- الميل إلى النوم.
- اختلاجات.
- صعوبة في التنفس.

قومي بإسعاف الطفل إلى أقرب مستشفى في أي من الحالات السابقة.





الحروق البسيطة

إذا حدث حروق بسيطة عند الأطفال فاغسل مكان الحرق بماء بارد، ثم قم بتغطية الحرق بقطعة قماش طرية ومبللة بماء بارد؛ حتى يزول الألم . خمس عشرة دقيقة كافية لعودة الجلد إلى حالته الطبيعية، ويجب عدم وضع الجليد على الحرق.



حجرة دافئة للنوم

لا يحتاج الطفل إلى حجرة دافئة للنوم بها، كما أنه لا توجد حرارة معينة تصلح للأطفال، ولكن إذا وجدت أطراف الطفل باردة فعليك تدفئته، ويجب العلم أنه لا يُنصح بتغطية الطفل بأغطية كثيرة فقد تتسبب في إحداث بعض المخاطر للطفل مثل الاختناق.



الغضب والتهديد والضرب

لا تضربْ طفلَكَ وقتَ غضبِكَ لأنهُ سيفهمُ أنَّ الموضوعَ انتقاميٌّ، غضبتَ فضربتَ كثرةُ التهديداتِ التي لا تُنفّذُ تزيدُ الطفلِ عنادًا وقوةً يجبُ أن لا تُكثرَ منَ التهديداتِ؛ لأنها تُسقطُ هيبتكَ أمامَ ابنِكَ.





النظرةَ والهمهمةَ

نظرةٌ غاضبةٌ في موقفٍ أخطأَ فيهِ الطفلُ لأولِ مرةٍ تكفي ليفهمَ الطفلُ أنّ سلوكَهُ خاطئٌ.. استخدمِ النظرةَ والهمهمةَ في التعاملِ معَ سلوكِ الطفلِ الصغيرِ فإنهُ يستوعبُ الخطأَ بذلكَ.



عاتبه سرًا

إذا وقعَ طفلُكَ في خطأٍ وحاولَ أن يخفيَهُ فلا تكشفْ سترَهُ بأن تتكلّمَ عن خطئِه أمامَ أحدٍ، بلِ اسكُتْ عَنْ ذلكَ ما دامَ الطفلُ يخفي خطأَه، لكن إن تكرّرَ خطأُ الطفلِ فإنهُ يجبُ أن تعاتِبَ طفلَكَ سرًّا؛ حتى لا يدفعَهُ علمُ الآخرينَ بخطئِهِ إلى العنادِ والتمادي.



لا مُحاباة على الخطأِ

لا تُرض طفلَكَ بعدَ الغضبِ كأنْ تُرضيه بالخروجِ معكَ إلى نزهةٍ أو غيرِه؛ حتى يفهمَ أنّ سلوكَهُ كانَ خاطئًا ولا مُحاباة على الخطأِ .



عناد التصميم والإرادة

للعناد عند الأطفال أشكال كثيرة منها عناد التصميم والإرادة، وهذا العناد يجب أن يُشجَّع ويُدعَّم؛ لأنه نوع من التصميم، فقد نرى الطفل يُصرُّ على تكرار



محاولته كأن يصر على محاولة إصلاح لعبة، وإذا أخفق يصبح مصرًّا على تكرار محاولته.



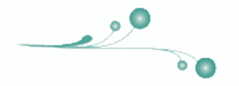
أوامر الكبار

أوامر الكبار التي قد تكون في بعض الأحيان غير مناسبة للواقع قد تؤدي إلى عواقب سلبية مما يدفع الطفل إلى العناد ردَّ فعل للقمع الأبوي الذي أرغمه على شيء، كأن تصر الأم على أن يرتدي الطفل معطفًا ثقيلًا يعرقل حركته في أثناء اللعب وربما يسبب عدم فوزه في السباق مع أصدقائه، أو أن يكون لونه مخالفًا للون الزيِّ المدرسي، وهذا قد يسبب له التأنيب في المدرسة، ولذلك يرفض لبسه والأهل لا يدركوا هذه الأبعاد.

التوافق والانسجام بين الأبوين

إن نمو الأولاد نموًا انفعاليًّا سليمًا وتناغم تكيفهم الاجتماعي يتقرر ولحد بعيد بدرجة اتفاق الوالدين وتوحد أهدافهما في تدبير شؤون أطفالهما. على الوالدين دومًا إعادة تقويم ما يجب أن يتصرفا به حيال سلوك الطفل ويزيدا من اتصالاتهما بينهما خاصة في بعض المواقف السلوكية الحساسة، فالطفل يحتاج إلى قناعة بوجود انسجام وتوافق بين أبويه.





متى تعطى الأوامر للطفل؟.

تعطى الأوامر للطفل في حالتين:

- عندما ترغب أن يكف الطفل عن الاستمرار في سلوك غير مرغوب، وتشعر أنه قد يعصيك إذا التمست منه أن يتخلى عنه .

- إذا وجدت أن على طفلك إظهار سلوك خاص، وتعتقد أنه سيعصيك لو التمست منه هذا إظهار هذا السلوك.



كيف تعطى الأوامر للطفل؟

لنفترض أنك دخلت غرفة الجلوس فوجدت طفلك الصعب القيادة يقفز على مقاعد الجلوس القماشية قفزًا مؤذيًا للفراش الذي يغلف هذه المقاعد، وقررت إجبار الولد على الكف عن هذا اللعب التخريبي، هنا تعطي تعليماتك بالصورة الآتية:

- قطب وجهك واجعل العبوس يعتلي أمارات الوجه.
- سدد إليه نظرات حادَّة تعبر عن الغضب والاستياء.
- ثبت نظرك في عينيه وناده باسمه.





هذا خطأ

بعض الآباء والأمهات يوقظ طفله من النوم؛ لكي يلعب معه أو لأنه اشترى له لعبة، وخاصة عندما يكون الأب مشغولاً طول اليوم وليس عنده إلا هذه الفرصة، وهذا خطأ ؛ لأنك قطعت على ابنك النوم الهادئ، ومن الصعب أن ينام مرة أخرى بارتياح.

الاضطراب في النوم

أفادت دراسة جديدة بأن كثيرًا من المشكلات التي يعانيها الأطفال سواء في التبول اللاإرادي أو الخوف من الظلام أو الصراخ أثناء النوم أو النوم في المدرسة أو عدم الاستيعاب أو عدم الذهاب إلى المدرسة كلها بسبب الاضطراب في النوم وعدم الاستقرار.



شعور خاطئ

غالبًا ما يتشاجر الأطفال داخل البيت، وقد تصل المشاحنات بينهم إلى حد الإيذاء أحيانًا، مما يؤدي إلى حال من الشعور بخيبة الأمل عند الآباء والأمهات وتصورهم بأن تقويم سلوك الأطفال ونشر عنصر الحب بينهم غدا أمرًا مستحيلاً وصعبًا، مما يؤدي إلى جوٍّ من الكآبة داخل البيت، وهذا الشعور هو شعور خاطئ؛ لأن

المشاحنات والشجار بين الأطفال هو حال طبيعية يجب علينا - الكبار - أن نراقبها ونوجههم باتجاه التصرفات السليمة .



تكرار الشجار

يعتبر بعض علماء النفس والتربية أن الشجار ذو طابع غريزي وفطري لدى الطفل، فإذا زادت الحال عن حدها وتكررت ورافقها عنف فعندئذ تستدعي القلق والمعالجة النفسية السريعة. وللمشاحنات بين الإخوة جانب إيجابي إذ يتعلمون من خلالها كيفية الدفاع عن النفس، كما يمكن من خلالها التعبير عن المشاعر الكامنة، فالطفل يميل للعنف عادة عند الغضب.



(لا) برفق

لنتعود أن نقول لأطفالنا (لا) برفق، بل ونحن نبتسم ونتمسك بصرامة وحنان معًا، فهذا شيء مهم جدًّا؛ لأن من الملاحظ أن كثرة التوبيخ وكثرة الإهانة للطفل وكثرة الصراخ في وجهه تجعله يسيء الظن بنفسه وبقدراته، ولذلك فإن الطفل يكرر الخطأ.



الالتزام بالآداب العامة

كن حازمًا في الخارج ومتساهلًا في البيت، أي أن نترك للطفل حرية النزهة في الملاعب والحدائق، وأن يتبع في البيت نوعًا من النظام، وليس من الضروري أن يكون هذا النظام صارمًا، ولكن المهم أن يراعى الالتزام بالآداب العامة؛ لأن الناس لديهم أطفال ويتفهمون طبيعية هذه المرحلة.



التفضيل والتمييز

اهتمام الأسرة بطفل دون آخر من شأنه زراعة الغيرة والحقد في نفس الطفل المهمَل وإهانة كبريائه، ومن ثم تتغير طباعه بحيث تتسم بالشذوذ والغرابة والميل إلى الانتقام من أفراد المجتمع المحيط به.



مشاغبة طفلك وعناده

بعد إجراء دراسة شملت ١١٠ أسرة أمريكية تضم أطفالًا تتفاوت أعمارهم ما بين ثلاثة وخمسة أعوام، أعلن معهد العلوم النفسية في أتلانتا أن هناك علاقة قطعية على وجود علاقة بين شخصية الطفل المشاغب الكثير الحركة وبين الأم العصبية التي تصرخ دائمًا وتهدد بأعلى صوتها حين تغضب.





غضب الأم

تشير نتائج دراسة حديثة بالسعودية عام ٢٠٠٩م أن الأم التي تعبر عن غضبها بالصراخ وباستخدام ألفاظ بذيئة أو سيئة أمام طفلها تدفع بهذا الطفل إلى التحول إلى طفل من هذا النوع المشاغب. وأكدت الدراسة أن تأثير غضب الأم أقوى من تأثير غضب الأب على تكوين شخصية الطفل.



الاضطرابات العاطفية

ما لا يعرفه الآباء والأمهات أن الاضطرابات العاطفية عند الأطفال من قلق وخجل وميل إلى البكاء وحزن قد تظهر على شكل أعراض جسمية: كالاستفراغ (التطريش) أو الإسهال مع اضطراب النوم والشهية وحصول السمنة المفاجئة . الطفل يتأثر لكنه ما أسرع ما يتعافى بشرط وجود والدين متفهمين لحالته ومتابعين للجديد في عالم التربية والحوار.





الطفل المزعج

تشكو الكثير من الأمهات والآباء من وجود طفل مزعج في المنزل مما يقلب المنزل رأسًا على عقب، وتحاول الأم خاصة بشتى الطرق أن تخلص طفلها من هذه العادة دون أي فائدة، لذا نقدم لك مجموعة من النصائح التي قد تساعدكِ في التخلص من إزعاج طفلك:

- أولًا : وفّري الجو النفسي المناسب في المنزل من قبل الوالدين المليء بالحب والحنان واللطف والهدوء والاستقرار حتى ينشأ الطفل سويًّا مع ضرورة ابتعاد الوالدين عن المشاجرات الصاخبة والعنيفة أمام الطفل.

- ثانيًا : لا تستخفِّي بطفلك أمام الآخرين والسخرية منه أو الاستخفاف به حتى لا يشعر بالدونية والنقص أو الضيق.

- عندما يزعجك طفلك لا تنفعلي أو تثوري أو تلجئي للعقاب الجسدي، بل عليكِ إرشاده لأخطائه بأسلوب سهل ومرن وتوافر جو من التسامح داخل البيت .

- ساعدي طفلك على ضبط نفسه والسيطرة عليها من خلال برنامج التحكم الذاتي الذي يشمل مجموعة من الجلسات مع طبيب نفسي أو مع أحد المربين بحيث يتم تدريب الطفل من خلال ذلك على التحكم في انفعالاته، أو استفيدي من خدمتنا هذه ففيها ما تريدون.





دعاء رسول الله للأطفال ورحمته بهم

عن أم خالد رضي الله عنها قالت: أتيت رسول الله مع أبي وأنا صغيرة وعلي قميص أصفر، فقال رسول الله: «سنه سنه» أي: حسن حسن، قالت: فذهبت ألعب بخاتم النبوة على ظهر رسول الله فزبرني أبي، فقال رسول الله: «أبلي وأخلِقي ثم أبلي وأخلقي» فعمرت أم خالد بعد ذلك رواه البخاري.



الرفق مع الأطفال

خرجت مع النبي وقد دعينا إلى طعام فإذا الحسين بن علي يلعب في الطريق، فأسرع النبي أمام القوم ثم بسط يديه ليأخذه، فطفق الغلام يفرّ ها هنا، ويفرّ ها هنا، ورسول الله يلحقه يضاحكه حتى أخذه، فجعل إحدى يديه في ذقنه والأخرى في رأسه ثم اعتنقه ثم أقبل علينا وقال: «حسين مني وأنا من حسين».



أنواع الكذب عند الأطفال

- كذب المبالغة: كأن يبالغ الطفل في وصف حدث ما بأن حادثًا عابرًا أصيب فيه شاب، فيضخم العدد .

- كذب الهروب: ويلجأ إليه الطفل للهروب من العقاب والدفاع عن النفس،



ويزداد اللجوء إليه كلما تأكَّد الطفل أن اعترافه بالخطأ سيعرضه للضرب الشديد من والديه.

- الكذب لجذب الانتباه: ويلجأ إليه الطفل للفت انتباه الأم خاصة إذا وجدها مشغولة عنه لفترات طويلة أو لا تشعر بوجوده.

- الكذب الكيدي: كأن يقول لأمه: إن أخاه كسر زجاج النافذة؛ لتعاقب أخاه .

- الكذب التعويضي: وهو سلوك يلجأ إليه الطفل بهدف إعجاب الآخرين به أو لتعويض شعوره بالنقص لديه.

- الكذب المرضي: ويعد من أخطر أنواع الكذب، حيث يرتبط باضطراب سلوك الطفل مثل السرقة والهروب من البيت أو المدرسة، ثم محاولة إخفاء ذلك بالكذب.

ويجب التذكير بأهمية التصرف بجدية وصدق أمام الطفل في كل الأوقات ونهره إذا كذب وإعطاؤه هدية إذا قال الصدق مع العطف عليه؛ حتى يبرأ من هذا الكذب تمامًا إن شاء الله.



الإزعاج أفضل من الانحراف

تسيطر على الطفل المدلل الأنانية وحب السيطرة على إخوته والعنف في تصرفاته معهم لإحساسه بالتميز عنهم.

الإزعاج أخف ضررًا من الانحراف!! عندما يدرك الطفل أن ما يريده يتحقّق



بالإزعاج فإنه يتحوّل إلى طفل مزعج لكن كثيرًا من الإزعاج أفضل من قليل من الانحراف السلوكي الذي يتولد تلقائيًّا في شخصيته إذا استجبنا لمطالبه في كل صغيرة وكبيرة، ومع ذلك فإن هناك وسائل كثيرة لإيقاف هذا الإزعاج.



الخروج من المنزل

- عندما يستعد طفلك للخروج معك وعند ارتداء ملابسه حدِّثه عن المكان المتوجه إليه، وعما سيتم فعله هناك وقبل خروجك أعطه ما يكفيه من الحنان فترة غيابك عنه وذلك بإعطائه حِضنًا دافئًا.
- عند عودتك عبر له عن مدى اشتياقك له وعن سعادتك لرؤيته من جديد.
- عند النوم تحدّثا سويًا عما حدث في ذلك اليوم وعن الأحداث المنتظرة في اليوم التالي بإذن اللّه.



الأسباب غير المرضية للأرق

- الإضاءة المتوهجة أو الشديدة بالغرفة.
- الحشرات.
- الملابس الضيقة.
- الملابس المبتلة.



- الغطاء الصيفي الثقيل.
- الغطاء الشتوي الخفيف.
- الجوع.
- الأشياء المزعجة والغريبة بالملابس والفراش، مثل الدبابيس.



أكل التفاح

لا تقطع التفاحة لطفلك إذا كان له أسنان، بل اجعله يقضمها، فهو أفضل له من الناحية الطبية.



جرعة الدواء المنسية

نسيت إعطاء طفلي جرعة الدواء المقررة ما العمل ؟

لا تجزعي، كل ما عليك القيام به الآن هو أن تقدمي له جرعة الدواء في أقرب وقت ممكن. ومن ثم واصلي تقديم الدواء بانتظام، ولكن تجنَّبي تقديم جرعتين معا لطفلك في وقت واحد، وفي ظنك أنك تقومين بتعويض طفلك عن الجرعة المنسية، وقبل القيام بذلك عليك استشارة الصيدلي في الجوار عن أسلوب التعامل مع الجرعة المنسية.





الغيرة

حين يغار أطفالك بعضهم من بعض، أشيدي بما يميز كلًّا منهم، مثلًا البكر ولي العهد القادم وهو الكبير له كل الاحترام، والأوسط يجيد استخدام الحاسب ما شاء الله، والأصغر قادر دائمًا على متابعة إخوته والذهاب إلى أي مكان. فبهذه الطريقة تساعدينهم على النظر إلى أنفسهم من منظور آخر غير الغيرة القاتلة . لا تتجاهلي هذه الصور السابقة، فالأم الناجحة والأب المميز يهتمان لهذه الملاحظات المهمة.



الجوع والحزن

إذا كان الطفل جائعًا أو حزينًا لا شيء يستطيع أن يجعله يضحك، فقد لاحظ العلماء أنه كلما كان الموقف طبيعيًّا وعاديًّا كان الطفل أكثر ميلًا للضحك، وكلما فكَّر العلماء وخططوا وتصنعوا الحركات لم يحصلوا إلا على بسمة باهتة. فما أروع الابتسامة البريئة!



عادة مص الأصابع

عادة مص الأصابع من العادات غير المحبوبة؛ وذلك لما تورثه من عقبات نفسية وتشوهات في الأسنان والأصابع، وتكون أكثر في السن من ٦ شهور إلى ٤ سنوات. وإن كانت الأسباب غير واضحة تمامًا إلا أن بعضهم يعزوها إلى فقدان الإحساس والحنان



والتفاعل العصبي والقسوة من الأم، وقد تكون عادة سببها الأهل بداية، ومن ثم يتعوَّد الطفل عليها. وقد تكون مع بداية التسنين للطفل، ولكن المؤكد أن لا أحد يعلم ما السبب الحقيقي لها؟!



أضرار مص الأصابع

- نتوء الأسنان إلى الخارج .
- عدم إطباق الأسنان بشكل صحيح .
- حدوث مشكلات في المضغ والتنفس .
- ضعف نمو عظام الفكين.



التفكير الإيجابي

علِّم طفلك التفكير الإيجابي بأن تكون إيجابيًّا أنت أولًا، فإذا رأيته متسخ الثياب ألا تعاتبه وتقول: أكيد لعبت كثيرًا حتى اتسخت ثيابك! وعندما يضرب أخاه الصغير بدلًا من ضربه تقول: أنت قوي لكن تذكر أن هناك من هو أقوى منك، والإخوان ليس بينهما قوي وضعيف؛ لأنهم أقوياء ببعضهم! وهكذا من الأمثلة.





تجاهل الطفل

عندما يطلب منك ابنك أن يتحدث معك لا تكلمه وأنت مشغول في شيء آخر، كالأم عندما تحدث طفلها وهي تطبخ، أو وهي تنظر إلى التلفيزيون أو غيره، ولكن أعط تركيزك كله له وانظر في عينيه وهو يحدثك.



إذا كسر شيئًا ثمينًا

كيف أتعامل مع طفلي إذا أخطا خطأ جسيمًا، كأن يكسر حاجة غالية الثمن؟

أعتقد أنه من الأفضل جعله يشعر بفداحة الخطأ الذي ارتكبه لكن بدون تعنيفه أو ضربه خصوصًا إن لم يتعمد ذلك، كأن نظهر له مدى حزننا على الشيء الذي انكسر، وأننا كنا نتوقع منه تصرفًا أكثر مسؤولية. أما إن كان متعمدًا فأعتقد أن حرمانه من شيء يحبه من خمسة إلى سبعة أيام بحسب عمر الطفل ستجعله يفكِّر مرتين قبل أن يكسر شيئًا في المرة القادمة.



حنان الأمومة في ثوب عملي

- عند استيقاظه من النوم خذي صغيرك في حضنك، واحكي له ما ستقومان بعمله في هذا اليوم الجديد .
- عند تناوله الطعام لا تنسي مداعبته عن طريق التمثيل البسيط.



- بعد أن يأخذ طفلك حمامه الدافئ جففي جسمه بلطف وقولي له: كم أنت حلو!



من أبرز أسباب الخجل

من أبرز أسباب الخجل شعور الطفل بأن صفاته أفضل من أقرانه وتلعب البيئة التي نشأ فيها دورًا كبيرًا في ذلك: كالاعتقاد الخاطئ في الأسرة بالخرافات والدجل، وأن ابنهم يجب أن لا يظهر على الناس خوفًا من الحسد والعين، أو عدم رغبة أقرانه في اللعب معه؛ لكثرة حديثه عن نفسه . الطريقة القاسية التي يوبخ بها الأب أبناءه على مرأى من الآخرين تجعل الطفل يلجأ إلى الغياب عن أعين الآخرين.



أسباب الكذب

معظم الأطفال يكذبون بين وقت وآخر ولسلوك الكذب أسباب كثيرة منها:

- الطفل يستخدم الكذب الاستكشافي وسيلة يتعرف من خلالها على ما يمكن أن يحدث .
- قد يتعمد الكذب كي ينجو من العقوبة .
- ميل الطفل للتضخيم والمبالغة بغرض التباهي .
- عدم القدرة على التفريق بين الحقيقة والخيال ولاسيما في حق طفل ما قبل المدرسة.





التلعثم

يمثّل التلعثم اضطرابًا في التواصل الشفهي يصيب أربعة إلى خمسة في المئة من الأولاد. فما الذي عليك فعله ومتى ينبغي أن تشعري بالقلق؟

بحسب خبراء تقويم النطق يجسّد تعلّم اللغة والكلام إحدى المهارات التي يصعب على الطفل اكتسابها، عليه أن ينمي قدرات عدة كتنسيق حركة عضلات الحنجرة، والشفتين واللسان، وضبط وتيرة التحدّث قبل أن يتمكن من التفوّه بأولى كلماته المفهومة.



صعوبة النطق

صحيح أن عليك التنبّه والتأكّد من أن طفلك لا يواجه أي صعوبة في النطق، لكن لا داعي إلى الإفراط في القلق؛ لعدم نقل هذا القلق إليه، ففي هذه الحال قد لا يجرؤ مجددًا على التحدّث بحرية، مما سيؤخّر مسيرة التعلّم لديه . الإنشاد يساعد الطفل في التخفيف من تلعثمه ويعلّمه كيفية التحكّم بشكل جيد بعضلاته الصوتية ونَفَسه.



فم الطفل وعيناه

هناك مقولة على الآباء والأمهات أن يؤمنوا بها وهي أن فم الطفلك وعينه أكثر يقظة من عقله فيتعودوا دائمًا إهداء طفلهم بهدية حتى لو كانت بقطعة حلوى. يجب أن تحب طفلك بحكمة وذكاء حتى يفعلوا ما تريد وما فيه مصلحتهم.



الحب والاحترام

النقطة المهمة بل هي الأهم أنه على كل من الزوجين التعامل بعضهم مع بعضٍ باحترام وحب متبادل؛ حتى ينشأ الطفل على الحب والاحترام وعدم استخدام الصوت العالي في الحوار، كما عليهم أن يوضحوا للطفل بعد حدوث الخطأ أن العيب في الخطأ نفسه الذي أحدثه وليس فيه نفسه.



أدب الطفولة

يجب أن يتعلم الطفل الأدب بقول: لو سمحت، وشكرًا. والطيبة بأن يشرك الأطفال الآخرين معه في اللعب بألعابه بدلًا من محاولة إغاظتهم، ومساعدة الآخرين بمساعدة صديق يحتاج إليه أو بمساعدة أحد الجيران في حمل بعض المشتريات، .. إلخ. يجب كذلك أن يعلِّم الأبوان طفلهما أن يعتذر عندما يخطئ وأن قول: آسف لا يقلل من شأنه، بل على العكس سيتعلم الطفل أن الاعتراف بالخطأ أفضل، وهو أمر يحدث لكل الناس.





عادات حسنة

جميل أن يشجِّع الأبوان طفلهما على التبرع ببعض لعبه للأطفال المحتاجين أو للأيتام، أو أن يكون له دور في رعاية يتيم، أو أن يعطي جزءًا من مصروفه لمن هم في حاجة إليه من بناء مسجد أو معونة مريض. فمن المهم أن يتعلم الطفل أيضًا أن يعامل الناس الذين يقدمون خدمات بسيطة ولكن مهمة للمجتمع بطريقة مهذبة ومتواضعة، مثل الخادمة في المنزل، وسائق سيارة الأجرة، عامل النظافة في الشارع والمدرسة.



إذا وجدت طفلك يبكي

إذا وجدت طفلك يبكي فلا تحاولي كفه عن البكاء أو منعه عن الاعتراض على خروجك، بل اتركيه يعبر عن مشاعره بالصورة التي يرغبها وللمدة التي ترضيه، ولا تطلبي منه أبدا أن يكون عاقلًا وكبيرًا.



التعبير عن المشاعر

من المهم أن يظهر الأبوان للطفل كيف يعبر عن مشاعره الإيجابية، وعن مشاعره السلبية أيضًا. على سبيل المثال: يمكن للأبوين أن يعلِّما طفلهما كيفية



التعبير عن الغضب دون صراخ، أو كيفية التعامل مع مشاعر الحزن بهدوء بدلًا من الإصابة بالإحباط.



أخبريه عن سبب العقاب

عند معاقبة طفلك أخبريه عن سبب العقاب، ولا تتكلمي معه وهو يصرخ أو وهو منزعج، ردّدي عليه: مادمت تصرخ فلن أكلمك ولن أسمع منك حتى تهدأ، حيث إنك عندما تجارينه في عصبيته تصبح الوسيلة ليحصل على ما يريد، فهو لم يميِّز فتصبح مع الوقت عادة يحصل بها على ما يريد . احذري ضربه وهو يصرخ، فهذا أكبر خطأ تتعاملين به مع طفلك!.



اشرحي لطفلك

اشرحي لطفلك عندما تكونين.. سعيدة .. حزينة.. مجروحة أو قلقة أنه يمكنك أن تقولي له: أنا سعيدة عندما يشرك الأطفال الآخرين معه في لعبة، أو أنا حزينة عندما يسافر أحد أفراد الأسرة، أو أنا مجروحة عندما يقول لك كلامًا يجرح، أو أنا قلقة عندما يكون أخوه مريضًا أو أخته مريضة. مع الوقت سيفهم الطفل معنى هذه المشاعر وكيف تؤثر عليه وعلى من حوله، وأنها مشاعر طبيعية تمر بكل الناس.





اختيار الصديق

دعي طفلك كي يختار صديقه بنفسه؛ لأن ذلك يشعره بالراحة والثّقة في نفسه، وإذا تعرّف طفلك على صديق لا ترضين عنه فحاولي إبعاد طفلك بشكل تدريجي دون أن يشعر الاثنان.



شجار طفلك مع صديقه

إذا تشاجر طفلك مع صديقه فلا تسارعي بالانحياز إليه ضد صديقه أو توبيخه أو لومه، فقط استمعي إليه وقدّري مشاعره، وساعديه على أن يحلّ مشكلاته بنفسه



كثرة أصدقاء الطفل

لا تقلقي من كثرة أصدقاء طفلك أو قلتهم، فهناك عدد مثالي من الأصدقاء، فبعض الأطفال يفضّلون الاقتصار على صديق واحد، وبعضهم الآخر يفضّل مجموعة من الأصدقاء، وهناك من يفضّل البقاء دون أصدقاء. تقبّلي اختيار طفلك واحترميه.



لا تضحك على أخطاء طفلك

يتوقف استمرار الطفل في أفعاله أو انتهائه عنها تبعًا لما يراه من رد فعل من قبل والديه، أو من قبل من حوله الذين يشاهدون ما يفعله في هذه اللحظة بالذات. فقد يكون لذلك مردود سلبي أو إيجابي على الطفل، ولكن وبكل أسف فإن الكثير من الآباء والأمهات والمربين وحتى أقارب الطفل يغفلون عن هذه الحقيقة ويكتفون بالضحك والتعبير بالسرور عن كل ما يصدر عن الأطفال على اعتبار أنهم كبروا .



عاقبة غير محمودة

احذري أيتها الأم الفاضلة أن تضحكي لطفلك إذا علمت أنه سرق حاجة غيره، أو تلصص على أحد، أو شتم أو سب أحدًا، أو أساء إلى الكبير، أو حاول تقليد فعل منكر؛ لأنك إن فعلت ذلك فكأنك تجعلينه مدمنًا لكل فعل قبيح، وعاقبة ذلك غير محمودة لا محالة.



النوم على البطن

لا تجعلي طفلك ينام على بطنه تفاديًا لحدوث اختناق، وإنما اجعليه ينام على ظهره. وعند وضع طفلك في السيارة لا تجعليه معرضًا للشمس، بإمكانك وضع ستارة



حتى لا تؤذيه الشمس . وإذا ابتلي أحد من العائلة بالتدخين فاطلبي منهم أن يدخنوا خارج المنزل؛ لأن التدخين يضر بالطفل.



الحب بين الأبناء

كل أم تتمنى أن تزرع الحب والوفاق بين أبنائها، توصيهم أن يبقوا على قلب واحد ويد واحدة يساندون بعضهم بعضًا، وحتى يزيد هذا الحب والوفاق بينهم على كل من الأب والأم أن يعملا جاهدين لذلك. ومن الأمور التي تضاعف الحب بين الأبناء التهادي المستمر، وتعويد الأبناء على الاعتذار فيما بينهم، واللعب معًا والنوم في غرفة واحدة والأكل الجماعي.



الاعتذار

يجب تعويد الأطفال على الاعتذار فيما بينهم، ولا يكون ذلك بالتوجيه المباشر كقولنا: اعتذر من أخيك! بل لابد من التدريب العملي على الاعتذار، فيبدأ الوالدان بنفسيهما فيعتذران أحدهما للآخر إن أخطأ أحدهما على صاحبه فيما يمكن اطلاع الأبناء عليه، ويعتذران من أبنائهما إن أخطأ أحدهما على ابنه، فالحق لا يعرف كبيرًا. هذه هي الطريقة المنطقية لإكساب أبنائنا هذا السلوك الحميد وهو أن نبدأ بأنفسنا.





خدوش القطة

احترسي من خدوش القطة فقد تسبب البكتريا لطفلك ، فكثير من الأسر تقوم بتربية الحيوانات الأليفة وخاصة القطط، ولكن قد يتعرض الطفل إلى خدشة القطة أثناء اللعب معها، في هذا الوقت على الأم أن تلاحظ أي عرض يظهر على الطفل، فإذا لاحظت الأم ارتفاعًا في حرارة الطفل، وشكوى من ألم في الرأس يجب مراجعة الطبيب.



اضحك مع الأطفال

من النعم العظيمة التي منحنا الله إياها نعمة الفرح والضحك، فالبيت أو المجلس الذي تشع منه الفرحة تجد كل من فيه تعلو وجوههم الابتسامة، ويملأ صدورهم الانشراح والحب، ومن منا لم ينبض قلبه فرحًا ويشعر بأحاسيس بهيجة وهو يرى طفلًا يبتسم؟! إنه من المفعول السحري لهذا الفعل الفيزيولوجي المسمى بالضحك.



طفلي مدمن تلفاز. ما الحل ؟

تعتبر الفترة الأولى التي نمنع فيها الطفل عن مشاهدة التلفاز أكثر الفترات صعوبة، فالطفل الذي اعتاد الإفراط في مشاهدة التلفزيون يشعر بالملل وبوجود وقت فراغ، فعلى الأم أن تتذكر أن هذه الفترة الصعبة ستكون مؤقتة، فإذا تحلت بالصبر



ساعدت على إنقاذ ابنها من براثن التلفزيون، وتحقيق أعظم فائدة له في المستقبل

الحلول: توفير بدائل أخرى مثل الآي باد / جوال قديم / ألعاب إلكترونية يدوية .. وهكذا.



في أي عمر يبدأ الأطفال بالإحساس بالصواب أو الخطأ ؟

عند بلوغ الطفل لسن الثالثة يدرك بحدّة مفهوم القواعد، قد لا يكون الطفل واضحًا بشأن تفسير الأشياء، فبالنسبة له الأمور أسود أو أبيض بدون لون رمادي أو حلول مشوشة.



المحافظة على المال واحترامه

إن تعليم الأطفال المحافظة على المال واحترامه أمر في غاية الأهمية، وهو امتداد للتربية في أمور أخرى، فإن تعليم الأطفال احترام المال يعني عدم صرف النقود فيما لا فائدة منه، فهي لم تأت من السماء، أو بلمات سحرية، أو أرقام سرية تقال لجهاز صرف النقود. إذن كيف يدرب الوالدان أبناءهما على احترام المال وتقديره وحسن صرفه، والوالدن أصلًا مبذران ولا يحسنان التوفير! ففاقد الشيء لا يعطيه؟!



مقدار إنفاق المال

كلما كان الوالدان حريصين على عدم الصرف فيما لا يجدي أو أن يكون معيار الصرف هو مقدار الفائدة المرجوة كان صغارهما أسرع في تعلم هذه الدروس، فالأب الذي يهمل التقاط العملة النحاسية أمام أبنائه من الأرض؛ لتفاهة قيمتها فإنه يضيِّع درسًا قيِّمًا يقدمه لأبنائه عن احترام المال، فهذه النقود على تفاهتها لها احترامها الكبير فالنقود الكبيرة هي تجميع لهذه القطرات الصغيرة.



تبادل الاحترام مع طفلك

إذا أردتِ أن يكون لطفلكِ أصدقاء كثر، وأن يكون حكيمًا ومستمعًا جيدًا فعليكِ أن تبادري إلى تعريفه بأهمية الإصغاء إلى الآخرين، وضرورة الاستماع إلى ما يقولونه، وعدم تجاهل حديثهم . الطفل يحترم عادة من يبادله الاحترام، ويصبح بارعًا في الاستماع عندما يرى أهله يستمعون بانتباه إلى ما يقوله.



هرمون النمو

أوضح الخبراء أن هرمون النمو هو المسؤول الرئيسي عن النمو الطبيعي للأطفال، ونقصه يحدث عند واحد من كل أربعة آلاف طفل، وذلك بسبب إصابات إنتانية أو طفرة وراثية أو إصابات رضية أو بعض أنواع أورام الدماغ، ولكن سبب نقصه عند



أكثر من ٦٦ في المئة من الأطفال المصابين به غير معروف بعد. الزنك يساعد على زيادة طول قامة الأطفال.



الصوت اليومي مع أطفالنا

هو الصوت العادي المتوازن الذي نستخدمه في الكلام مع أطفالنا . إن كان من عادتك رمي الأوامر بنبرة حادة وصوت عالٍ، فإنك هنا تعطينهم فكرة بأنك تتوقعين أنهم لن يستمعوا لطلباتك فتطلبين بقوة حتى يستجيبوا. مهما كانت حالتك النفسية فاطلبي منهم باحترام ما تريدينه منهم كي يستجيبوا لك.



صوت الموافقة أو الرضى

هو صوت عالٍ فرح ومليء بالسعادة استخدميه لمدح طفلتك لتصرف حسن قامت به، خاصة عندما تقوم بعمل جيد لم يطلب منها (أشكرك لتنظيفك، عرفتك، أحسنتِ) انتبهي من التقصير في هذه المسألة خاصة مع الأطفال الأكبر سنًا، فإن كنتِ دائمًا توجهينهم وتنتقدين عملهم السيئ، وعندما يحسنون العمل لا تمدحيهم فإنهم يصرون عندها على العمل السيئ بما أنه الوحيد الذي يلفت انتباهك.



مخلوق بريء

الطفل مخلوق بريء، يولد بعقلٍ ذي ذاكرة خالية تمامًا من أي رواسب وذكريات، فهو بكل تأكيد لا يشعر بهذه الأمور، فتراه لا يولد مهمومًا، ولا عصبيًّا، ولا حاقدًا، ولا عارفًا بالألفاظ النابية، ولا حتّى بالألفاظ الحسنة . طفلك مثل العجينة السهلة شكلها كيف أنت تريد.



جدِّد أساليبك في تربية طفلك

- أعط كل موقف حقه من التفكير قبل التصرف تجاه أخطاء طفلك .
- تجنب ردة الفعل على المواقف المزعجة وكذلك المفاجئة منه .
- لا تحرم نفسك من ثمرات التقويم والمراجعة المستمرة لنفسك.
- التمس العذر للخطأ، وتفهم وجهة النظر عندما تقدم لك ولو كانت ضعيفة في نظرك؛ لأنها وجهة نظر طفل محدود الإدراك.



الشوكولاته العدو الأول لأسنان طفلك

السكريات هي المسؤولة عن إصابة الأسنان بالتسوس، ولذا ينصح بالإقلال من تناول الشوكولاته والسكريات. كما يجب على الأم تعويد الطفل منذ الصغر على



استعمال الفرشاة، ويكفي تنظيف الأسنان مرتين يوميًّا حتى لا تتآكل، ويراعى تغيير الفرشاة بين الحين والآخر .



أمنية ستتحقق

أغلب الآباء والأمهات يتمنون أن يصبح أطفالهم طيبين وحنونين، فلا تيأسوا! فبالصبر والرعاية سيصبح طفلكم إنسانًا طيِّبًا. تذكروا أن الطفل يتعلّم كيف يهتم بالآخرين، ويعطف عليهم ليس فقط من مشاهدة سلوكيات غيره، ولكن أيضًا من شعوره هو بالحب والتقويم والرعاية من قبل الآخرين. عندما ينشأ الطفل في جو من الحب والرعاية سيصبح هو فيما بعد إنسانًا محبًا للآخرين ومهتمًا بهم .



الميزات الحميدة في طفلك

من المهم أن تؤكِّد على الميزات الحميدة في طفلك بمدحه وتقليل انتقادك له. يسهل على الأبوين عادةً تحديد التصرفات السلبية لطفلهما ولكن يجب في نفس الوقت الإشارة إلى الجوانب الإيجابية فيه للتأكيد على السلوكيات الحميدة لديه. على سبيل المثال أن يشرك الطفل أطفالًا آخرين في لعبه سلوك حميد، لذلك يجب أن يمدح الطفل على هذا السلوك؛ للتأكيد على هذه الصفة الحميدة فيه.





الدلال والمحبة المفرطة للطفل

الدلال والمحبة المفرطة للطفل قد يغرس الأنانية في نفسه، لذا ينبغي للأم والأب أن يخفي عن ابنهما حبهما الشديد والجنوني له؛ كي لا يتخذه وسيلة لارتكاب أفعال غير مرضية فيصبح عنيدًا قاسي الطباع.



أنا آسف

قد يتعلم الطفل عبارة أنا آسف سريعًا، لكن إدراكه لمعناها وإحساسه به فعلًا يأتي في مرحلة تالية، ففي عمر الرابعة يمكن للطفل أن يتعاطف مع الآخر وتكون هذه بداية طيبة على طريق شعوره الصادق بالأسف عند الخطأ، لكن رغم ذلك تظل أنانيته وإحساسه بتمركز العالم حوله عائقًا يسيطر على تفكيره، ويمنعه من رؤية أي موقف من وجهة نظر طرف آخر حتى سن السادسة أو السابعة.

الإخلاص في الاعتذار

يجب أن يكون الاعتذار لأطفالنا حقيقيًّا حين وقوع الخطأ منا، فالأطفال يتمتَّعون بملاحظة حادة جدًّا، وسيعرفون بأنّك لست مخلصًا في اعتذارك .





اعتذري ببساطة لطفلك

اعتذري ببساطة لطفلك، وعبري عن الأسف أو الحزن السريع في الأذى الذي سبّبته له. اعتذري عن سلوكك وليس عن نفسك ، مثلا قولي: أنا آسفة، لقد فقدت أعصابي، وقمت بشتمك وضربك! هذا أكثر فعّالية من قول: أنا آسف، أنا أمّ عصبية وغير صبورة. أما اعتذار الأب فيجب أن يكون معه ضم وحنان وأمان.



الثبات على المبدأ

عند تعاملك مع الطفل؛ هذا يعني أن يتفق الزوجان مسبقًا على ما هو مسموح به وما هو غير مسموح به للطفل، وماذا يفعلان إذا تعدى الحدود الموضوعة له، فلا تقبلي شيئًا يرفضه زوجك، والعكس صحيح أيضًا لا تتغاضي عن شيء فعله طفلك اليوم، ثم تعاقبينه على الفعل نفسه في اليوم التالي.



الاعتدال في المعاملة

يجب أن لا يكون الأبوان متراخيين أكثر من اللازم، أو حادين أكثر من اللازم مع طفلهما، فالمبالغة في كلتا الحالتين ستؤدي إلى نتائج غير طيبة، فإذا قوبل كل ما يريده الطفل بالرفض دائمًا دون إعطائه فرصة اتخاذ أي قرار فسيؤدي إلى عدم قدرته على اتخاذ أي قرار أو تكوين أي رأي، فتحكم الأبوين الدائم في الطفل يحجم شخصيته.





الطفل المعاند

إن أفضل طريقة للتعامل مع الطفل الذي يصر على فعل شيء ترين أنه غير لائق تتضمن ثلاث خطوات:

- أول خطوة هي أن تقولي لطفلك بهدوء وحسم: إنه يجب أن يتوقف عن ذلك السلوك، وأنك لا تريدينه أن يكرر هذا السلوك أنك لا تقبلينه .
- إذا لم يتوقف الطفل عن سلوكه فذكريه أنك قد طلبت منه من قبل التوقف عما يفعله وقولي له: إنه إن لم يتوقف في الحال فسوف يعاقب.
- إذا استمر الطفل فيما يفعل بغض النظر عما قلته له، فيجب أن تقومي بمعاقبته حتى لو أغضبه ذلك. يجب أن يعرف الطفل أنك تعنين ما تقولين، وأنه لن يستطيع تحت أي ظرف من الظروف الاستمرار في اتباع السلوك السيئ.

العقاب المناسب

العقاب المناسب هو حرمان الطفل من شيء يحبه مثل مشاهدة التليفزيون أو الذهاب إلى النادي، لكن ليس من المناسب أبدًا ضرب الطفل أو سبه بألفاظ جارحة. من الطبيعي أن يحدث بينك وبين طفلك أحيانًا تضارب في الرأي. إن السر في التعامل مع عناد الطفل هو أن يتسم سلوكك معه بالهدوء، ولكن بالحسم والثبات في نفس الوقت.





الكذب عن غير قصد

بعض الأطفال يلجأ للكذب عن غير قصد عندما تلتبس عليه الحقيقة ولا تساعده ذاكرته على سرد التفاصيل فيحذف بعضها ويضيف الآخر بما يناسب إمكانياته العقلية، وهذا النوع من الكذب يسمى بكذب الالتباس يزول من تلقاء نفسه عندما تصل الإمكانات العقلية للطفل إلى مستوى يمكنه من إدراك التفاصيل وتذكر تسلسل الأحداث، ولا يعني هذا الكذب انحرافًا في السلوك.



أحبب أطفالك بحكمة

أحبب أطفالك ولكن بحكمة، فالأطفال الذين يجدون من مربيهم عاطفة واهتمامًا ينجذبون نحوه، ويصغون إليه بسمعهم وقلبهم، ولهذا ينبغي على الأبوين أن يحرصا على حب الأطفال ولا يقوما بأعمال تبغضهم بهما: كالإهانة والعقاب المتكرر والإهمال، وحجز حرياتهم، وعدم تلبية مطالبهم المشروعة. وعليهما إذا اضطرا يومًا إلى معاقبة الطفل أن يسعيا لاستمالته بالحكمة؛ لئلا يزول الحب الذي لا غنى له عنه.





صفات الأطفال العنيدين

- يجد صعوبة في إيجاد صداقات في المدرسة .
- صعوبة التعامل مع الآخرين .
- يلجأ للعدوان لشعوره بالظلم، أو لعدم ثقته بنفسه، أو قد يكذب ليبرر عدوانه.



التذكير الدائم بالأخطاء

احذر تذكير الطفل الدائم بأخطائه ونقاط ضعفه وجوانب النقص لديه .

البديل: ركّز على ما أنجز الطفل وعلى ما أحرز من تغير، وشجعه على الاستمرار في حياته.



استخدام مشاعر الذنب عند عقاب الطفل

إنك تجرح مشاعرنا، إنك أناني، إن الله سيعاقبك على أفعالك.

البديل : اعرف ما الذي أدى إلى المشكلة، وركز على إيجاد الحل الملائم. إنك لم تفعل ذلك لتجرح مشاعرنا، ولكنك تريد أن تحصل على اهتمامنا. ليس من عادتك الأنانية لأنك تحب الناس وهم يحبونك .





الغيرة لدى الطفل

من أسباب مشكلة الغيرة لدى الطفل شعور الطفل بالنقص، ومروره بمواقف محبطة: كنقص الجمال، أو في الحاجات الاقتصادية من ملابس ونحوه، ومرور الطفل بمواقف محبطة أو فشله المتكرر. ويزداد هذا الشعور ويثبت نتيجة سوء معاملة الوالدين وقسوتهم معه والسخرية من ذلك الفشل .



ظروف الأسرة الاقتصادية

قد تكون سببًا لوقوع الطفل في الغيرة، فبعض الأسر دخلها الاقتصادي منخفض، أو شديدة البخل على أبنائها مقارنة بالأسر الأخرى، فتنمو بذور الغيرة في نفس الطفل؛ نتيجة عدم حصوله على ما يريد من أسرته . هناك طفل سرق ٢٠٠ريال من بيت جيرانهم؛ ليشتري سيارة لعب فيها أمام زملائه دقائق ثم رماها في سلة المهملات.



يمنع منعًا باتًا

يمنع منعًا باتًا التدخُّل المستمر، وعدم احترام خصوصية الطفل من خلال مراقبة كل كبيرة أو صغيرة يقوم بها.

البديل : راقب عن بعد ما يحدث للطفل، وتدخل عند الضرورة ولا تجعله خائفًا؛



حتى وهو بمفرده من أنك ستقتحم عليه خلوته فهذا من أخطر حالات التجسس الذي يكرهه الطفل.



التركيز القصدي المتعمِّد

ابتعد دائمًا عن التركيز القصدي المتعمِّد على القلق وإثارة الانشغال مثل: هل تعرف كم تبقى على الامتحان؟ تدري لو تضرب أخوك بسجنك بالغرفة!

البديل : لا تركز على إثارة القلق. ركّز على إثارة الدافع للعمل، وعلى الإنجاز وعلى النشاط، واحترام الآخرين وخاصة من البيت.



تخويف الطفل

احذر تخويف طفلك المستمر من العالم ومن الخارج مثل : لا تتحدث مع الكبار، لا تلعب لأنك سُتعدَى بالمرض، لا تنزل المياه؛ لأنك لا تعرف السباحة.

البديل : التشجيع على المجازفات المحسوبة، علّمه السباحة بدلًا من تخويفه من الماء. اجعله يحيط نفسه بالملبس الملائم في الأوقات الباردة...إلخ.





أهداف غير واقعية

إثارة الوالدين أهدافًا غير واقعية أمام أطفالهم خطأ فادح، ويجب تعديله مثل: ستكون دائمًا الأول، ستكون أشهر وأحسن طبيب.

البديل : إثارة أهداف واقعية قصيرة المدى، أعتقد أنك لو خصصت ١٥ دقيقة يوميًا لمذاكرة الرياضيات للصف الرابع الابتدائي مثلًا سيرتفع تقديرك عما هو عليه.

غيّر الهدف عند الضرورة .



العجلة والسرعة

احذر الحث الدائم على العجلة والسرعة والدقة والضغط المستمر في هذا الاتجاه.

البديل : أعطِ الطفل فرصة لإنهاء العمل، وساعده على أن يخطط جدوله ووقته جيدًا. الاستعجال الدائم يربك ويثير القلق.



منع الأطفال وحرمانهم

يجب علينا أن لا نمنع أطفالنا من شيء نحن نشاهده طبعًا على التلفزيون أو الإنترنت؛ لأن الطفل سيتساءل وسنعزز عنده الفضول؛ ليعرف أشياء ليست لعمره.

لا مانع أن تمر الأم كل خمس دقائق على أولادها وتشاهد الألعاب والبرامج التي يستخدمونها؛ لتكون مطمئنة.





التعلق بالخادمة

الطفل الصغير جدًّا في العمر وقبل أن يتعلم كيفية النطق وفهم الكلام يستطيع أن يُميز بين من هو عدو له وبين من هو صديق. ليس هذا فحسب، بل يقول الباحثون من جامعة يال في الولايات المتحدة ضمن نتائج دراستهم الحديثة: إن مَن هو في سن ستة أشهر يُعبر عن تفضيله للإنسان الذي يُساعد الغير، كما يُعبر عن رفضه ومجافاته للإنسان الذي يُؤذي الغير!

أقول هذا كي لا يتعلق بالخادمة أكثر من الأم .



فوائد التلفاز للأطفال

- التعرف إلى الثقافات المختلفة والأحداث التي تدور في العالم الخارجي .
- مساعدة الطفل على تحصيل دروسه بمشاهدة البرامج التعليمية التليفزيونية.
- الحصول على أكبر قدر من المعلومات وتكوين شخصية ثقافية من خلال مشاهدة البرامج الثقافية .
- التعرف إلى مختلف أنواع الفنون وحفظ الأناشيد المختلفة.
- قضاء وقت مع العائلة لمشاهدة البرامج التلفزيونية ومناقشتها.





مساوئ التلفزيون

- التلفزيون يزيد من السلوك العدواني والعنف لدى الطفل .

- مشاهدة أفلام (الأكشن) ومشاهد العنف تجعل الطفل يشعر بالخوف، وتصيبه بتبلد المشاعر،كما أنها تقلل من رغبة الطفل في الحياة .

- مشاهدة التلفزيون لساعات طويلة من أهم أسباب إصابة الأطفال بالسمنة المفرطة .

- الإعلانات التلفزيونية تؤثر على الطفل وتجعله يتعلق بالأطعمة السريعة المضرة بصحته .



خادمات ومربيات الأطفال

وجود خادمات ومربيات الأطفال ظاهرة ليست غريبة، خصوصًا إذا غابت الأم عن البيت لانشغالها أو عملها أو طلاقها أو وفاتها، فلابد من وجود بديل، مربية أو خادمة تتولى أمور الأطفال، ولا سيما أن مسؤولية الأطفال مسؤولية كبيرة. لذلك يجب على الوالدين الاهتمام بأطفالهما وتعويضهم وشملهم بالرعاية والعطف والحب والحنان والأمان.





مشكلات الأطفال النفسية

٧٠ ٪ من مشكلات الأطفال النفسية مصدرها الخادمة !! والسبب أنهن أمهات بالوكالة!!.



مقترحات لتربية الأطفال

- عدم الإكثار من النصح المباشر دفعًا للملل، واعتماد مبدأ التربية بالنظرة أو الإشارة .
- تعليم الأطفال دماثة اللفظ واستعمال الكلمات اللطيفة، وحتى يكون الأطفال حريصين على أمانة المجالس والزيارات على الأبوين تعليمهم .
- عدم مقاطعة الطفل أي متحدث وإيضاح ذلك له بشكل متكرر.
- التأكيد على الطفل عدم تفتيش حاجيات الآخرين بغير إذنهم حتى لو كان جوال الوالد أو الأم .
- ألا يسخروا أو يقلدوا الآخرين ولو مزاحًا .
- عدم رفع الصوت وخاصة حين مناداة الوالدين أو أحد الإخوان والأخوات .
- احترام الكبير في الأسرة ولو بأشهر .
- عوّد طفلك على الاعتذار عن الخطأ بسرعة دون تكبُّر .





من هنا البداية

من هنا البداية، وكي يتعلم الطفل قل: شكرًا، ومن فضلك، ولو سمحت! وأتسمح، وأعتذر، يتعلمها ابنك منك . المهم أن تقولها، والأهم كيف تقولها؟ قلها وأنت مبتسم بكل هدوء، وبصوت منسجم مع دلالات الكلمة.



غضب الطفل وانفعاله

الطفل يغضب وينفعل لأسباب قد نراها تافهة: كفقدان اللعبة أو الرغبة في اللعب الآن، أو عدم النوم، وعلينا نحن الكبار عدم التهوين من شأن أسباب انفعاله هذه، فاللعبة بالنسبة له مصدر متعة ولا يعرف متعة غيرها. فعلى الأب أو الأم أن يهدِّئ من روع الطفل ويذكر له أنه على استعداد لسماعه وحل مشكلاته وإزالة أسباب انفعاله. وهذا ممكن إذا تحلى بالهدوء والذوق في التعبير عن مسببات غضبه.



من معاناة الآباء والأمهات ..

إن من أكثر ما يعانيه الآباء والأمهات تلفظ أبنائهم بألفاظ بذيئة وكلمات نابية أمام الآخرين ويحاولون علاجها بشتى الطرق دون فائدة، ومن أهم طرق العلاج هي:

- توجيه شحنات الغضب لدى الأطفال؛ حتى يصدر عنها ردود فعل صحيحة،



ويعاد الطفل ويتدرب على توجيه سلوكه بصورة سليمة ..

- إذا حدث الخطأ أول مرة فلا يعاقب الطفل، بل يعلّم ويوجه .
- يجب إيقاع العقوبة بعد الخطأ مباشرة مع بيان سببها وإفهام الطفل خطأ سلوكه؛ لأنه ربما ينسى ما فعل إذا تأخرت العقوبة.



أريد أضرب طفلي لكني متردد ؟

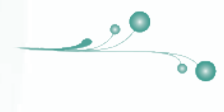
إذا كانت العقوبة هي الضرب فينبغي أن يسبقها التحذير والوعيد، وأن يتجنب الضرب على الرأس أو الصدر أو الوجه أو البطن، وأن تكون العصا غير غليظة ومعتدلة الرطوبة، وأن يكون الضرب من واحدة إلى ثلاث إذا كان دون البلوغ، ويفرقها فلا تكون في محل واحد، وإن ذكر الطفل ربه واستغاث به فيجب إيقاف الضرب؛ لأنه بذلك يغرس في نفس الطفل تعظيم الله .



هل رزقك الله بأميرة صغيرة ؟

استعد إذن للتواصل معها منذ اللحظة الأولى، فقد أثبتت الأبحاث أن الإناث يتفوقن على الذكور منذ الولادة في التواصل مع الوالدين بالعين، كما أنهن يتحدثن في سن مبكرة مقارنة بالذكور، وأنهن يتشوقن للتواصل مع الكبار بدرجة أكبر من أقرانهم الذكور، فلا تعامليها بالعنف نهائيًا مهما كانت الأسباب والدواعي، أو حتى الضغوط النفسية .





الحلم المخيف

من الأفضل أن تعلِّم الأم طفلها عندما يمر في مثل هذا الموقف؛ نتيجة حلم مخيف وما أكثرها عند الأطفال! أن يتناول قليلًا من الماء، ويتنفس بعمق، ويحاول النوم من جديد. من الخطأ أن تعوّد الأم طفلها على النوم معها كلما أنتجت مخيلته شيئًا يعتبر مخيفًا بالنسبة له .



الجرأة الزائدة

على جميع الأمهات والآباء عدم التسرع في الحكم على الطفل ومعاملته بقسوة على جرأته الزائدة، بل يجب أن تكون ردة الفعل هادئة؛ لكيلا يشعر الطفل بأنه حقق غرضه، ونجح في إثارة اهتمام والديه أو استفزازهم، والأفضل أن يتجاهلا جرأته في الحديث، وأن يتم التركيز على تأكيد أهمية احترام القوانين داخل المنزل وخارجه.



مشاركة الطفل في اختيار العقاب

- استخدام أسلوب التحفيز قبل اللجوء للعقاب .
- الامتناع عن التعنيف البدني أو اللفظي .
- مراعاة التوازن بين العقابين المطروحين للاختيار .

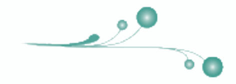


- الصبر من قبل المربّي .
- مراعاة سنّ الطفل وقدرته على استيعاب النتائج .
- عدم وعد الطفل بأمر وهمي أو غير قابل للتحقيق حينها .



نفاد أساليب التحفيز

في حالات كثيرة تصطدم الأم بطفلها العنيد الذي لا يستجيب لأي أمر طلب إليه تنفيذه، وفي هذه الحالة وبعد استهلاك أساليب التحفيز يمكن للأمّ أن تتوجّه للعقاب على ألا يتضمّن هذا الأخير أي عنصر لفظي أو جسدي أو معنوي مهين، بل يشمل حرمانه من شيء يحبّه.



قدرة الأطفال على النطق

قدرة الأطفال على النطق تختلف من طفل إلى آخر وتنمو من سنة إلى أخرى، وبعض الأطفال يتأخرون في الكلام وبعض الأطفال يعجزون عن استدعاء الكلمات التي يحتاجونها عند التعبير عن أفكارهم، وبعض الأطفال يتلكؤون في إخراج الكلمات أو ينطقون بها غير صحيحة، وعادة ما يصاحب هذه الاضطرابات القلق أو الارتباك والخجل والشعور بالنقص أو الانطواء وعدم القدرة على التوافق .





صعوبات النطق

الطفل الذي يعاني من التأتأة، والتهتهة واللثغة ..إلخ .. من صعوبات النطق، لها علاج بشرط التبكير في البحث عن أخصائي تخاطب وعمل جلسات معه والصبر عليها.



اختر الكلمات المناسبة

كن حذرًا عند اختيار كلماتك؛ بدون وعي يمكنك أن تسبب ارتباكًا وتشويشًا للطفل مثلًا: تجنب الإشارة إلى الموت على أنه نوم أو استراحة أبدية. هذه الفكرة ستبدو مرعبة للطفل الذي سيخاف من النوم، ويخاف على من يحبهم من النوم، وعدم الاستيقاظ مرة أخرى. كذلك الأمر بالنسبة لكلمة: لقد رحل بعيدًا، بالنسبة للطفل قد يعني هذا أن أي شخص سيسافر سيرحل ولن يعود كما فعل الشخص الذي توفي .



الجهل بعالم الطفل

الأطفال كالورود والرياحين وكالجواهر إلا أن كثيرًا من الآباء والأمهات وللأسف دون فهم يسيئون لأطفالهم؛ لجهلهم بعالمهم وحاجاتهم. فالأطفال قلوبهم طاهرة



نقية، وفطرتهم سليمة، والذي يجلس معهم ويحاورهم يتعلم منهم تلك البراءة وذاك النقاء، هم لا يعرفون الكذب ولا النفاق ولا الحسد ولا البغضاء، ولكنهم يتعلمون كل هذا من مربيهم ومن الكبار، فالطفل تربة خصبة ما يزرعه الآباء فيها يحصدونه ولو بعد حين.



مع الطفل النشيط

إذا كان طفلك ذا نشاط زائد فعليك اتباع التوصيات الآتية في التعامل معه

- لا تحقر الطفل ولا تعنفه .
- أشعره بالحب.
- أشعره بالأهمية .
- كلّف الطفل بأعمال بسيطة ينجح في أدائها، ثم شجِّعه على الأداء الناجح فورًا بمكافأته بشيء يحبه .
- امنح الطفل شيئًا يحبه إذا توقف عن السلوك غير المطلوب .
- تجاهل حركات الطفل التي تضايقك.
- ابتعد عن أسلوب الأمر في التعامل معه .
- لا توبخ الطفل أمام الآخرين مهما كانوا صغارًا أو كبارًا .
- لا تقارن الطفل بغيره، ولكن قارنه بنفسه من وقت لآخر .



- لا تضحك على الطفل ولكن اضحك معه، ولا تسخر منه مهما أتى بسلوك يستحق ذلك .



مشكلة قلق الانفصال

شعور الطفل بعدم الارتياح والاضطراب والهم يظهر نتيجة للخوف المستمر من فقدان أحد الأبوين والتعلق غير الآمن بالحاضن، ويعبر الطفل ببكاء شديد لمدة طويلة عندما ينفصل عن أمه، ثم ببكائه مرة أخرى عندما يجتمعان. كذلك يبكي الطفل غير الآمن عندما يبعد عن الالتصاق العضوي بجسد الأم.



أقوى علامات الاكتئاب عند الطفل؟

- شعوره بالفشل وسوء المزاج وزيادة الحساسية وسهولة جرح المشاعر والانسحاب الاجتماعي والهروب أو العلاقات السطحية المؤقتة .
- فقدان الأمل والانغمار في التشاؤم من المستقبل وفقدان الشهية والشكوى من الألم جسمية وتوهم المرض وصعوبة التركيز .
- يتذبذب الطفل بين نقده القاسي لنفسه وبين تأنيب غيره على ما ارتكبه نحوه من أخطاء وأحيانًا عدم الرغبة في الحياة .



معاملة الطفل حتى سن خمس سنوات

معاملة الطفل حتى سن خمس سنوات يجب أن تكون ثابتة لا تذبذب فيها، فالتذبذب يوقع الطفل في حيرة وارتباك، فلا يجوز أن نشجع الطفل إذا اعتدى على غريب بالضرب أو الشتم، ثم نعاقبه إذا اعتدى على أخيه، فالمعاملة الثابتة توقف الطفل على ما يجب عليه عمله وما يجب عليه الكف عنه.



لتعلم طفلك الثقة بالنفس

- امدح طفلك أمام الآخرين.
- لا تجعله ينتقد نفسه .
- قل له: لو سمحت .
- عامله بطفولته واجعله يعيش طفولته .
- ساعده في اتخاذ القرار بنفسه .



من تجاربي مع طفلي

- علمه مهارة الطبخ البسيط: كسلق البيض، وقلي البطاطا، وتسخين الخبز .
- أعطه ما يكفي؛ ليتصرف به عند الحاجة .
- لا تهدده على الإطلاق .





- علمه كيف يصلح أغراضه ويرتبها .
- قدِّم له المفاجآت من وقت لآخر .
- أخبره أنك تحبه وضمه إلى صدرك، فهذا يزرع الثقة في نفسه.



تكوين شخصية الطفل

من أفضل الطرق لتكوين شخصية الطفل هي الابتعاد عن احتقاره وإهانته؛ لأن ذلك يسبب ضعف الشخصية لديه، فيجب علينا التعامل بالاحترام والتقدير والمحبة مما يساعد تقوية الشخصية لديه وينزع عنه احتقاره لنفسه والآخرين. كان الرسول صلى الله عليه وسلم يحيي الأطفال يدًا بيد، ويحترم شخصيتهم، وإذا دخلت عليه فاطمة قام وأجلسها مكانه.



التوازن والمساواة بينهم

من الأمور المهمة التي لابد من مراعاتها عند تربية الطفل هي التوازن والمساواة بينهم، فلا ينبغي على الآباء والأمهات أن يميزوا بين أبنائهم، بل يجب المساواة في تقبيلهم في الوقت نفسه، فلا يتم مدح طفل عن الآخر ؛ لأن ذلك قد يؤثر على الطفل ومشاعرهم فيما بينهم، ويسبب التفرق والحقد بين الأطفال وبالمدرسة يؤثر على سلوكهم بعضهم ببعض ويفقدهم الثقة.





فالشقاوة الزائدة والتخريب

الشقاوة الزائدة والتخريب تسمى في المصطلح الطبي بنوبات الخلق Temper Tantrum وفي هذه النوبات يصب الطفل جام غضبه على ما تصل إليه يداه من أدوات المنزل وغيرها فيقوم بتكسير الأواني الزجاجية، ضرب الأثاث وتكسيره، رمي الأواني وتخريب الأشياء، تقطيع الجرائد والمجلات وغير ذلك.

علاج الطفل الشقي : يتركز علاج الطفل الشقي بحمايته من نفسه وإهمال ما يقوم به من أعمال وعدم نهره أو توبيخه، بل إن إحساسه بعدم قيمة عمله هو العلاج. وقد لوحظ أن هؤلاء الأطفال تقل لديهم تلك النوبات عندما يكونون وحدهم. أما عندما تستمر الحالة بعد السنة الرابعة من العمر وخصوصًا مع أعراض أخرى سلوكية أو حركية فيجب عرضه على الطبيب لتقييم حالته.



عزوف الطفل عن الطعام

لا تتحايلي على طفلك ليأكل، فإذا وضعت الطعام ولم يأكل فارفعيه ولا تعطيه فرصة ليأكل أي شيء آخر؛ حتى لا يشعر بالشبع فلا يقبل على الطعام المغذي، وأبعدي عنه الشيكولاته والشبيس فهي تجعله يشعر بالشبع من دون أن تغذيه.



احذري من إجبار طفلك على الأكل، وتجنبي التعامل معه بقسوة فإن هذا يؤثر سلبًا عليه وعلى تقبله للطعام، وقد تتسببين في جعله يتقيأ ما أكله بالغصب.



تحقيق رغبات الأطفال

الكثير من الآباء والأمهات يظنون أنهم بتدليل أطفالهم وتحقيق جميع رغباتهم سينالون رضاهم، وبالتالي احترامهم، ولكن الذي سيحصل هو على العكس تمامًا، فالطفل سيتعود على نمط معين وهو الانصياع لجميع طلباته، وإذا لم يرضخ الأبوان لهذه يلجأ إلى أسلحته: البكاء، والضرب، والصراخ، واستخدام الألفاظ البذيئة؛ للضغط على أبويه لتحقيق مراده.



تنشيط الذاكرة

إن بضعة تمارين لتنشيط الذاكرة تساعد الطفل على التركيز على القراءة والكتابة حيث يتذكر دائمًا ما قرأه أو كتبه سابقًا. لتنشيط هذه الذاكرة يمكن محادثته عما فعله أمس مثلًا أو أول أمس،قبل ثلاثة أيام، في آخر عطلة قضاها. كما أن في الأسواق ألعابًا كثيرة خاصة بتنشيط الذاكرة .



أنانية الطفل

أنانية الطفل هي التي تجعله راغبًا في حيازة أكبر قدر من عناية الوالدين، لذا يجب تعويد الطفل منذ الصغر على تجنب الأنانية والفردية والتمركز حول الذات، وأن له حقوقًا، وعليه واجبات، ونوضح له السلوك الصحيح.



الفزع الليلي

الفزع الليلي أو الرهاب ناتج عن اللعب وكثرة الحركة طول النهار، فأثناء النوم بالليل يستيقظ ويصرخ باستمرار ولا يتوقف حتى عند حضور الأم، وأحيانًا يبدو في حالة غير واعية وعيًا كاملًا، ومسألة تحديد استيقاظه ليلًا بعد نومه تحتاج منك إلى ملاحظة دقيقة. فهل هو يستيقظ عطشًا أم ألمًا أم مجرد قلق وخوف من كوابيس؟



نزيف الأنف

إذا أصيب الطفل بنزيف من الأنف يُجلس الطفل بحيث يميل رأسه إلى الأمام، وتضغط الأم على جانب الأنف؛ لسد فتحته وإعطاء الفرصة لتجلط الدم النازف مع وضع قطعة من الثلج على جبهة الطفل بضع دقائق.





الطفل تربية أمه

الطفل تربية أمه مقولة لا تخص عصرنا فقط، وإنما تخص ظهور الإنسان على هذه الأرض أو أي كائن آخر دون البشر. الأم هي من تهتم بأطفالها والأطفال ينتمون إليها.

إن الطفل هو كيان حي كامل ينتمي للأم التي أمدت بإذن الله ذاك الكائن بأول عناصر الحياة الماء والغذاء لكي يتكون بداخله هذا الكائن.



تدليك الطفل

إن تدليك طفلك يمكن أن يساعد على تهدئته يساعد على الهضم يحسن من عادات نومه، كما أنه ينمِّي الصلة العاطفية بينكما. بالإضافة إلى ذلك فإن التدليك يعتبر طريقة ظريفة بالنسبة لبقية أفراد الأسرة مثل الأب والجد والإخوة لقضاء وقت خاص مع الطفل .كما أن التدليك أيضًا يساعد على نمو الطفل المبستر .



النفاق والكذب عند الطفل

الإغراق في ثواب الطفل عند الإحسان، وتهوين العقاب عند الإساءة يعوِّدان الطفل على النفاق والكذب واصطناع المواقف التي تزيد في ثوابه، والتساهل في العقاب، أو التماس العذر له وإخفاء الحقائق عن والده يجعله مستهزئًا بالقيم الأخلاقية، فلا



بد من أن يكون هناك استقرار في طريقة التصرف مع الطفل وإصرار على تنفيذ ما يطلب منه حتى يكون العقاب عقابًا ذا فائدة.



ضرب الطفل

ضرب الطفل قد يوضح له عدم موافقتك على ما قام به من سلوك خاطئ، ولكنه لا يوضح له كيف يتصرف.

إن إكساب العادات السليمة يحتاج إلى تدريب وتشجيع وليس إلى ضرب، ثم إن الضرب قد يكون خطرًا، فضربة حقيقية لطفلك قد يختل توازنه معها فيقع على عموده الفقري بدلًا من أن يقع على مؤخرته، وصفعة على أذن الطفل قد تضر بالأذن.



حقائق مثيرة عن طفلك

- التحدث إلى طفلك يحسن مهاراته الكلامية .
- لا شيء يعلِّم الطفل مثل قضائه وقت مع والديه فلا تبخلا عليه .
- ألعاب المغامرة تحفز عقل طفلك فحاول تأمينها .
- استلقاء الطفل على ظهره لبعض الوقت مفيد له.





مقاطعتك أثناء الحديث

إن رافقك طفلك في زيارة لأحد الأصدقاء نبهيه إلى ضرورة عدم مقاطعتك أثناء الحديث، وخذي معك كتابًا مصوَّرًا أو لعبة يتسلى بها كي لا يصاب بالملل. أما إذا بدأ يجذب طرف ثوبك فأجلسيه على الكرسي. انظري إليه بصرامة، وإن لم يتوقف فالفتي انتباهه إلى عقوبة ما ينتظره لدى العودة إلى البيت.



حين يلعب طفلك بعنف

حين يلعب طفلك بعنف لا تحاسبيه فالمرة لا زالت الأولى، ولكن راقبيه، فإن كرر الأمر فحدثي إليه بقول: مافعلته يوجع صديقك ! فهل تحب أن يوجعك أيضًا؟! وكرري على مسامعه أن العنف ممنوع في كل مرة يذهب بها للعب مع أصدقائه.



التظاهر بعدم السماع

حين يتظاهر طفلك بعدم سماعك لا تخاطبيه من بعد، اقتربي منه وانظري إليه وضعي يدك على كتفه؛ كي يشعر باهتمامك. ومن المؤكد أنه سيبادلك الشعور ..

قد يصبح الكذب عادة للتخلص من المشكلات، دعيه يفهم أن هذه الطريقة ستفقده ثقة الآخرين به حتى عندما يكون صادقًا.





من علامات الاكتئاب عند الأطفال

- صعوبة تنظيم الأفكار.

- الأطفال الذين يعانون من الاكتئاب عادة لا يكون لديهم تركيز ولا تذكر للأشياء، ويظهر ذلك في المشكلات الدراسية وصعوبة إتمام الواجبات.

- دائمًا ما يشعر الأطفال المكتئبون بضخامة ما يرتكبونه من أخطاء، ويعتبرون هذه الأخطاء ناتجة من فشلهم في الحياة، وأن حياتهم ليس لها قيمة .

- العجز واليأس، يشعر الأطفال الذين يعانون من الاكتئاب أنهم غير قادرين على فعل أي شيء في الحياة يمكن أن يخفف يأسهم .

- الشعور بالوحدة: الأطفال الذين يتعرضون للاعتداء من جانب زملائهم يكون لديهم حساسية شديدة لأي إهانات خفيفة من نظائرهم.



حرمان الطفل من ممارسة النشاط

أكدت دراسة علمية حديثة أن حرمان الطفل من ممارسة نشاط معين يؤثر على معدل ذكائه. وفقا لدراسة نشرت في مجلة الطفولة الطبية اللعب يساعد على نمو الخلايا الدماغية العصبية، والحرمان منه يسبب تراجعًا في معدل ذكاء الطفل.





ابتسامة الطفل

ابتسامة الطفل لا تعني بالضرورة الفرحة والصحة، فقد قالت دراسة برازيلية أعدها خبراء بشؤون الأطفال في منظمة الأمومة والطفولة في مدينة ساو باولو البرازيلية: إن هناك اعتقادًا شائعًا يقول بأن ابتسامة الطفل أو ضحكه هما دليل صحة وعافية، ولكن هناك حقائق طبية تؤكد بأن الابتسامة ربما تعكس مرضًا ومن أبرزها ما يعرف في علم النفس بـ التوحُّد أو Autism .



العبقرية

الطفل الذكي جدًّا يشعر دائمًا بأن مستواه في التفكير يختلف عن أقرانه، ويشعر بالملل إذا استرسل المدرس في الشرح، وقد ينتابه بعض الغرور والثقة الزائدة، كما أن أسئلته والتي تكون كثيرة يتململ منها بعض المدرسين والآباء ولا يشبعون حب الاستطلاع عنده، وقد يسخرون منه ويصفونه بأنه فيلسوف وفضولي، وهذا كله يؤدي لعصبيته .





أسباب عصبية الأطفال العضوية

- اضطرابات الغدد خاصة الدرقية وازدياد إفرازها عن الحد الطبيعي.
- سوء الهضم.
- الزوائد الأنفية (اللحمية).
- تضخم اللوزتين.
- الإصابة بالديدان.
- مرض الصرع.



أحلام الطفل

يؤكد علماء النفس أن أحلام الطفل دائمًا هي النافذة على عالمه النفسي، ونستطيع أن نفهم منها ما يدور في عقله الباطن؛ لأن أحلامه في كثير من الأحوال تعد تعبيرًا صريحًا عن حالته النفسية وما يعانيه في حياته.



الطفل بحاجة لمساحة مناسبة

الطفل يحتاج إلى مساحة؛ كي يتحرك فيها ويخرج طاقته، ولو أن الأم عرفت كيف توجه طاقة طفلها لارتاحت ولأراحت طفلها، فطاقة الطفل لابد لها من أن تخرج. ليس كل أمر يحتاج أن تقف عنده الأم مع طفلها، ثم إن الطفل لا يتعلم من مرة واحدة



بل يحتاج إلى تكرار وتكرار، فالتربية تحتاج إلى صبر ونفس طويل وشيء من العقل والحكمة، والتوفيق من اللّه.



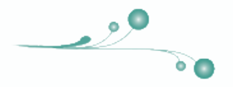
ضعف شخصيات الأبناء

لا أبالغ إن قلت : إن الأهل هم سبب ضعف شخصيات أبنائهم. صحيح أن الطفل عليه بعض المسؤولية ولكن القسم الأكبر من المسؤولية يقع على عاتق الأهل، وإن أردنا أن نزرع الثقة بالنفس في أطفالنا فمؤكد أننا لن نضل الطريق، بل هو واضح جدًّا للجميع، ويحتاج إلى الرغبة بالقيام بهذا الأمر، إضافة إلى تمتع الأهل بالوعي التربوي وحسن الأسلوب التربوي.



انتقاد الطفل

لا تنقذ طفلك على كافة مشاكله، بل أرشده لطريق الخلاص واتركه يسير فيه، بل علمه أن يعتذر عندما يتطلب الأمر الاعتذار، وعلمه أن الاعتذار مصدر قوة ونابع عن مراجعة الذات ورغبة في إصلاحها.





متى يصبح حبنا لأولادنا قاتلًا ؟

أن نحمي أطفالنا هذا أمر بديهي طبعًا وضروري وأساسي في حياة كلّ أم، لكن متى تصير الحماية مؤذية ومفرطة.

هناك الكثير من العوامل التي تجعل هذه الحماية خانقة ومؤذية لنمو الطفل، ومن بين هذه الأسباب أنّ الأم تكون قد عاشت نقصًا عاطفيًا في طفولتها وتحاول أن تتدارك آثار حرمان مماثل على طفلها، وهناك أمهات أخريات يحاولن تعويض ما فاتهنّ من أحلام من خلال تربية أولادهن .



الاستقلالية

يجب عليك أن تخفف من وطأة حضورك الدائم مع أطفالك وأن تعطيهم الفرصة ليجربوا يعض الاستقلالية. انسي كلمة انتبه، وممنوع .. لفترة عوضًا عن تخويفه من الخروج؛ لأنّه قد يقع أو قد تصدمه سيارة أو قد يضيع، واكبيه من بعيد، دعيه يختبر الأشياء ويوسع تجربته، قولي له: أنا أثق بأنّك تستطيع فعل هذا أو ذاك، هذا لا يعني أنّك أم مستهترة، بل على العكس ستواكبينه من بعيد.





تنمية ذهن الطفل

اهتمي بالألعاب التي تنمي ذهن طفلك مثل الصلصال والمكعبات، فهي تساعد على بناء ذكائه ويفرغ فيها طاقاته بصورة إيجابية، ودعيه يعبر عن أحاسيسه ومشاعره.



لبن الأم

إن لبن الأم يعبر عن الطعام الذي تتناوله الأم، فالأطعمة ذات النكهة القوية مثل الثوم والبصل قد تغير طعم اللبن، وقد يرفض بعض الأطفال الرضاعة إذا كانت النكهة قوية.



هل تعلم

- الطفل يكون سمينًا؛ لأنه يولد بدهون زائدة تساعده على الحياة إلى أن ينزل لبن أمه.
- رائحة نفسه طيبة لأنه ليس له أسنان، فالأسنان تجمع البكتيريا ذات الرائحة وهو سبب الرائحة الكريهة للنفس.
- رائحته جميلة؛ لأنه لا يعرق فغدد عرقه لم تنضج بعد.



- لديه قدرة قوية على الإمساك بالأشياء عندما يكون صغيرًا؛ لأن الإمساك لديه يكون رد فعل لا شعوري.
- بشرته ناعمة؛ لأن طبقاتها أقل ودهونها أكثر .



الحب كلمة صغيرة

الحب كلمة صغيرة لها معان كبيرة، فالحب هو إحساسنا بالحياة، وحبنا لأطفالنا وتصريحنا لهم بحبهم يعزز لدينا الشعور الإيجابي الذي يجعلنا نخدم أطفالنا بإخلاص ونتفانى في تقديم الأفضل لهم، وكذلك هم يشعرون بالأمان ويعزز لديهم كل ما هو إيجابي في حياتهم، ويكفيهم الشعور بالأمان والحنان فهو صمام أمان لهم في هذه الحياة.



الطفل المستقر نفسيًّا

الطفل المشبع من الحنان والحب والعاطفة يكون أكثر استقرارًا نفسيًا، وأكثر ثقة بنفسه، وأكثر قدرة على العطاء والإبداع، وأقل تعرضًا للمشاكل التربوية والاجتماعية والنفسية حتى حين يكبر. والأهم من ذلك أن الطفل الذي تشبعه أمه بالحب والحنان يصبح أكثر امتلاء بالعاطفة والحب، ويكون أقل تعرضًا للانحراف الأخلاقي الناتج عن الفراغ العاطفي.





من هو الطفل المزعج؟

لا نستطيع أن نطلق كلمة مزعج على أي طفل يثير صخبًا وإزعاجًا وضجة في أثناء لعبه مع أقرانه، أو حتى حديثه بصوت عال معهم، أو قيامه بأخذ لعبة أخيه، أو صديقه أو ضربه، ولكن الطفل المثير للإزعاج هو الطفل الذي يجد من حوله صعوبة في التعامل معه دائمًا، فيشكو منه معلموه وزملاؤه في المدرسة وجيرانه وأقاربه، بل ربما والداه.



صفات الطفل المزعج

يوصف الطفل المزعج بأنه قليل التركيز، يتحرك كثيرًا في المكان الذي يوجد فيه ويجعله مبعثرًا وغير منظَّم، مثير للضوضاء والصخب والشغب والتشويش، يتحدث بكثرة وبسرعة وبصوت عال ومرتفع، عجول يقوم بالإجابة عن الأسئلة قبل استكمالها، يقاطع حديث الآخرين ويتدخل في أنشطتهم وأعمالهم، يتصف بعدم الاستقرار العاطفي وسرعة تغير مزاجه من السعادة إلى الحزن والغضب.





لماذا يصبح الطفل مزعجًا ؟

يؤكد علماء النفس والأطباء النفسانيون أن الطفل المزعج لا يعتبر حالة أو ظاهرة مرضية، وإنما هو سلوك يعبر عما يعتري الطفل من شيء يخافه أو يقلقه أو يضايقه.

العلاج: شغل أوقات فراغ الطفل بتشجيعه على اللعب مع أقرانه وزملائه وتعليمه الأخذ والعطاء واحترام الآخرين.



ألعاب الأطفال

ألعاب الأطفال هي أجمل عالم بالنسبة للطفل، بل هي عالمه الخاص الذي يستمتع به ويعيش أحلى لحظات عمره، وبها ينمِّي عقله ويطوِّر إدراكه ويقضي أحلى



قبِّل طفلك

قبّل طفلك أيها الأب وأيتها الأم .. قبلاه كل يوم وفي كل وقت .. اسمحا له بتقبيلك . وهل هناك حاجة لشرح تأثير القبلة على الأطفال ؟! إنها تبني جوًّا من الثقة فلا تبخل على طفلك بقبلة كلما سنحت الفرصة.





اللمسة الحانية

لا تحرم طفلك من أثر اللمسة الحانية ، وما أدراك ما أثر اللمسة الحانية في نفس طفلك؟! فاللمسة رحمة وفن يمارسه الوالدان؛ ليعمقا مفهوم الحب لدى أبنائهما. أجمل اللمسات ما كانت عند النوم وأثناءه وبعده.



اضطراب الصدمات النفسية

الطفل قد ينسحب من الحياة العامة ويختل إحساسه بالزمن وتضطرب لديه حاسة البصر ويشعر بالذنب، فالصدمات النفسية في الصغر لا تنمحي! اضطراب الصدمات النفسية عند الأطفال قد لا تختلف عن الصدمات النفسية عند الكبار .



اضطرابات الأطفال

الأطفال الذين يمرون بصدماتٍ نفسية قد يُعانون بشكلٍ كبير من اضطراب الاكتئاب، واضطرابات القلق المتعددة التي تقود إلى ضعف التركيز عندهم، وهذا يؤدي إلى تدهور قدراتهم في المدرسة فلا يستوعبون الدروس، ويخفقون في الدراسة. إذا لم يتم علاج الطفل من هذه الاضطرابات التي يُعاني منها فإن مستقبله الدراسي يكون خطراً!.





كيف تقرئين دموع طفلك؟!

البكاء لغة الأطفال الوحيدة التي من خلالها يعبّـر عن أمور مختلفة ومتناقضة .. كيف تقرأئن بكاءه ؟ هل هو جائع ؟ هل هو مريض ؟ هل هو متعب؟ هل هو متوتر يبحث عن لمسة دفء وحنان ؟ لا تنسي أن دموعه هي طريقة التخاطب الوحيدة التي يتقنها؛ ليعبر عن أحاسيسه المزعجة، وهي أيضًا تخفف من غضبه وتنفّس بعضًا من طاقته، وقد تكون سبيلًا إلى الحصول على بعض اللمسات اللطيفة.



التسمم

مأساة كبيرة أن نرى الأطفال الصحيحين يموتون خلال ساعات معدودة؛ نتيجة حادث بسيط، والمواد السامة المميتة موجودة في كل مكان من بيوتنا وفي متناول أيدبهم. فور اكتشاف حادث التسمم يجب المحافظة على هدوء الأعصاب، والابتعاد عن الانفعال والتأنيب اللذين لن يفيدا سوى زيادة الأمور سوءًا. ابحثي فورًا عن سَبب التسمم والكمية التي تناولها الطفل، فهذه المعلومات مفيدة جدًّا للطبيب في العلاج .



صلاحية الأدوية

يجب التأكد من تاريخ انتهاء صلاحية الأدوية الخاصة بأطفالنا وخاصة شراب مخفض الحرارة، والتحاميل، وقطرات الأذن والأنف والعين، فيجب تفقد محتويات



الصيدلية مرَّةً كل شهر والاستغناء نهائيًّا عن جميع الأدوية التي انتهت صلاحيتها، فمثل هذه الأدوية لا بُدَّ من إتلافها بيدك.



متي تبدأ الحياة النفسية للطفل؟

يحمل الطفل شحنات عاطفية منذ اللحظة الأولى من ولادته ولكنه لا يستطيع التعبير عنها. نأخذ مثلًا لذلك بكاء الطفل الرضيع. فهل يمكننا أن نفسره بأن سببه هو الحزن أو الألم، لا طبعا ،فالبكاء قد يكون بسبب تفاعلات أخرى لها علاقة بحالته النفسية أو بحالته الجسمية.



النرفزة والعصبية

هل تعلمين أن الأطفال والرضع يكتسبون النرفزة والعصبية من آبائهم وأمهاتهم وعلى الأخص الأمهات ؟ لأنهن الأقرب للأطفال في هذه المرحلة العمرية . حاولي أن تهدئي من روعك إذا كنتِ عصبية بعض الشيء ولا تصرخي في وجه رضيعك مهما بلغتِ من التعب والإجهاد؛ لأنك تبنين شخصيته في هذه المرحلة. كما أن أطباء الأطفال يؤكدون أنهم يكتسبون العصبية من أمهاتهم.





الأم سبب متاعب الطفل

إنّ الأم هي السبب الأساسي في المتاعب التي يعاني منها الأطفال، فالحقيقة التي لا يختلف عليها شخصان هي أن معظم هذه الحالات الشاذة تولد وتنمو وتتطوّر في البيت! فتصرفات الأم إزاء أبنائها وطريقة ترجمتها لمشاعرها وكيفية معالجتها لمشاكلهم؛ كل هذا يؤثر تأثيرًا مباشرًا في نفسيّة الطفل الصغير، وفي تطوّر شخصيّته، ومسلكه وأسلوبه في معاملته لإخوته وأصدقائه وزملائه وفي نظرته للحياة نفسها .



أحب طفلك وتقبله

أحب طفلك وتقبَّله دون شرط سواء كان مطيعًا أو مشاغبًا، ممتازًا في الدراسة أو خائبًا، جميلًا أو قبيحًا، سليمًا أو معاقًا، واحرص على إدانة سلوكه السيئ وليس إدانته هو شخصيًّا كأن تقول له: أنا أحبك، لكنني لا أحب عنادك، أو عدم مذاكرتك، أو ضربك لأختك. هنا يتعلم الثقة في النفس، ويتغيَّر سلوكه وليس شخصيته.



يتعلمون بالملاحظة والتقليد

كن حريصًا على كونك نموذجًا إيجابيًّا يحتذى به، فأطفالنا يتعلمون بالملاحظة والتقليد وليس بالتوجيه والأوامر وحدهما، ومن الخطأ نفسيًا أن تنهيه عن أمر وأنت فاعله فيحدث لديه اضطراب في المفاهيم والقيم.





الغطرسة

يؤكّد خبراء علم النفس في مركز أبحاث الأطفال بالولايات المتحدة الأميركية أنّ الغطرسة صفة سيِّئة تصيب الطفل في سنوات عمره الأولى التي تُعرف بمراحل التغطرس المبكرة؛ نتيجة حدوث خطأ في التنشئة يدفعه إلى الاعتقاد بأنّه أفضل من غيره، وغالبًا ما تكون علاقات هذا الطفل الاجتماعية محدودة بسبب تركيزه على ذاته وعدم اهتمامه بالآخرين.

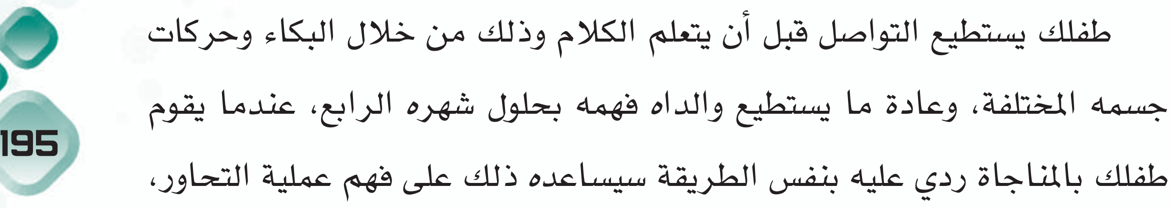


الشعور بالغيرة

يعتري الطفل الشعور بالغيرة والاستياء نتيجة مقارنة قدراته بقدرات إخوانه أو أقرانه، مما يجعله يواصل إظهار مواهبه واستعراض قدراته؛ بهدف اكتساب إعجاب الآخرين وتعزيز شعوره بأنّه الأفضل على الدوام.



التحدث إلى طفلك يحسن مهاراته الكلامية



طفلك يستطيع التواصل قبل أن يتعلم الكلام وذلك من خلال البكاء وحركات جسمه المختلفة، وعادة ما يستطيع والداه فهمه بحلول شهره الرابع، عندما يقوم طفلك بالمناجاة ردي عليه بنفس الطريقة سيساعده ذلك على فهم عملية التحاور،



وسيشعر أنك تستجيبين له عندما يحاول التواصل معك. الأطفال يفهمون العديد من الكلمات التي لا يستطيعون بالضرورة نطقها .



تعلم الطفل من والديه

تظهر الأبحاث أن قضاء الطفل وقتًا مع والديه والقيام معهما بالعديد من الأنشطة يساعده على تنمية مهاراته، فلا شيء يقارن بالوقت المفيد الذي يقضيه الطفل مع أبويه.



لا تصطدم مع طفلك

لا تصطدم مع طفلك كثيرًا خصوصًا في مراحل عمرية هي في حد ذاتها مهمة في تشكيله النفسي والعاطفي، وتتسم بالعناد والاستفزاز للآخر مثل سن من ٣-٥ سنوات والمراهقة المبكرة؛ لأنك غالبًا ما تكون الخاسر. كن مرنًا ومرر الأمر كأنك لم تنتبه، أو أنك تغاضيت عنه خصوصًا في أشياء ليست جوهرية تربويًا، اترك له فرصة للتعبير عن هويته .





الأخذ والعطاء

من المهم تعويد الطفل على الأخذ والعطاء منذ نعومة أظفاره؛ حتى لا يغار من مشاركة الآخرين له فيما يحصل عليه من امتيازات، وكذلك تدريبه على احترام حقوق الآخرين ومشاركتهم أفراحهم، وعلى الآباء إشباع احتياجات صغارهم العاطفية ومشاركتهم اللعب والأنشطة وتشجيعهم لأقل إنجاز وعدم معايرتهم بالفشل والقصور بالنسبة لأقرانهم.



استمعي لطفلك

عادة ما يكون لدى الأطفال سبب للشجار، فاستمعي لطفلك فربما عنده سبب منطقي لعدم طاعة أوامرك، فربما حذاؤه يؤلمه، أو هناك شيء يضايقه، عندما يطيعك طفلك قبِّليه واحتضنيه أو امتدحي سلوكه: ممتاز، جزاك الله خيرًا، عمل رائع ، وسوف يرغب في فعل ذلك ثانية .



لدغ الحشرات

- لا تجعلي طفلك يهرش جلده عند لدغ الحشرات، وإذا كان الجزء من جسم الحشرة المسؤول عن اللدغ لا زال على جلده فأبعديه عن جلده باستخدام شيء جاف مثل قطعة من ورق الكارتون .



- طهري المنطقة المصابة بمطهر مثل البيتادين، وضعي على الجلد كيسًا من الثلج، أو أعطي للطفل حمامًا باردًا لتخفيف الهرش.



الصدمة الكهربائية

قد تتسبب الصدمة الكهربائية في حدوث وفاة؛ لأنها قد تؤدي إلى إغماء، سكتة قلبية، حروق عميقة، وإصابة الأنسجة .

- لا تلمسي الطفل قبل فصل مصدر الكهرباء إن أمكن، أو إبعاد مصدر الكهرباء عن الطفل باستخدام شيء مصنوع من مادة عازلة للكهرباء مثل : الخشب، الكرتون، أو البلاستيك.
- إذا كان لون الطفل شاحبًا فأفردي جسمه مع رفع ساقيه بحيث يكون رأسه أدنى من جسمه والجئي للمساعدة الطبية فورًا.



لا يوجد طفل أحمق!!

كثيرًا ما نسمع عبارة أحمق أو غبي يرددها بعض الآباء والأمهات على مسمع الطفل إلى درجة تصبح الحماقة أو الغباء والكسل صفة لصيقة بالطفل. هل يحق للوالدين أن يقوّما درجة ذكاء طفلهما استنادًا إلى علاماته المدرسيّة، رغم أنه بارع بالرياضة والفنون؟! بالطبع لا، فالطفل كيان إنساني متعدد الذكاء.





الأطفال والإنترنت

يؤثر الإنترنت على الأطفال تأثيرًا كبيرًا، فقد أصبح جزءًا لا يتجزأ من حياتنا اليومية، كما أنه أصبح غير مقتصر على فئة عمرية بعينها، لذلك يجب توعية الآباء والأمهات بأثر استخدام الإنترنت على الأطفال من ناحية إيجابياته أو سلبياته.



السمك وذكاء الطفل

يأتي السمك على قمة الأطعمة التي تسمى بالأطعمة الذكية للأطفال، ويمكن التركيز عليه في السنة الثانية من العمر حيثُ ينمي دماغ الطفل، فالسمك يحتوي على مادة DNA التي تساعد على زيادة الأداء الفكري والتركيز، لذا يفضل تناول السمك ثلاث مرات أسبوعيًا مع شرب الماء بكثرة والعصائر الطبيعية بدلًا من المشروبات الغازية.



علِّمي طفلك فنّ اكتساب الأصدقاء

الأطفال الذين اكتسبوا صداقات مميَّزة يكونون قد طوّروا مسالك أساسية في دماغهم الاجتماعي، قد لا يكون عندهم مفردات واسعة لكن يكون عندهم مستوىً عالٍ من الذكاء الاجتماعي. الأطفال الذين يكتسبون صداقات يغلِب أنّهم يكونون قد تعلَّموا من بالغين كانوا يُحسنون الاستجابة لحاجاتهم الانفعالية.





الذكاء الاجتماعي

دورك كبير في اكتساب طفلك الذكاء الاجتماعي، ولهذا يجب أن يبدأ الوالدان معه منذ طفولته الأولى بمحادَثته وجهًا لوجه وقضاء وقت خاصّ معه. ساعد طفلك في أن يتجنّب التسلُّط لا أن يكون متسلِّطًا ولا ضحيّة تسلُّط ببناء ثقته بنفسه وتعزيز ذكائه الاجتماعي .



تناول المخبوزات

أظهرت نتائج دراسة أن تناول المخبوزات التي تحتوي على الحليب ربما يساعد الأطفال في الشفاء من الحساسية المرتبطة بتناول الحليب، وهو ما قد يغير من طرق علاج هذا النوع من الحساسية الذي يصيب ثلاثة بالمئة من الأطفال. تعتمد فكرة العلاج بالمخبوزات على أن تسخين الحليب يغيِّر من شكل البروتينات فيه، وهو يقلل من فرصة تفاعل الجهاز المناعي مع الحليب.



تربية الأطفال

قد تكون صعبة نفسيًا على الأهل، لكن مع نمو الأطفال فإن عدم السعادة يتبدد وينتهي.





- التسلط.
- الحماية الزائدة.
- الإهمال.
- التدليل.
- القسوة.
- التذبذب في معاملة الطفل.
- إثارة الألم النفسي في الطفل.
- التفرقة بين الأبناء .. وغيرها.



ترك الطفل يبكي

كشفت دراسة حديثة أن ترك الطفل يبكي حتى النوم ليس له تأثير قاس أو سيئ على الصحة النفسية للطفل أو أبويه. وأفاد باحثون في مستشفى رويال للأطفال في مدينة ملبورن الأسترالية بأن ما يصفونه بأسلوب البكاء المتحكم فيه يساعد على حل مشكلات النوم، كما يساعد في حماية الأمهات من الإصابة بالاكتئاب.





تشجيع الطفل

شجّع طفلك دومًا وامدحه أمام الآخرين واذكر محاسنه ومميزاته وقدراته، واجعل نقدك له في أضيق الحدود بعيدًا عن الآخرين، فنحن نستمد ثقتنا في أنفسنا من الآخرين وتقبلهم لنا وشعورهم بأننا ذوي فائدة في أسرتنا ومجتمعنا.

قدّم للطفل اختيارات

قدّم لطفلك اختيارات عدة يأخذ منها ما يناسبه فيشعر بأنه حر ومسؤول عن اختياره بدلًا من التهديد وفرض الأمر الواقع، على أن تكون هذه الاختيارات مدروسة ومحددة سلفًا بأنها مقبولة اجتماعيًّا وغير مضرة، والاختيار بينهما نوع من الرفاهية والمراوغة النفسية.

أسلوب البكاء

أسلوب البكاء المتحكم فيه يقلل من مشكلات النوم لدى الأطفال بنسبة ٣٠٪ في غضون أربعة أشهر، كما أنه يقلص أيضًا من معدل الإصابة بالاكتئاب بين الأمهات بنسبة ٤٠٪ عند وصول الطفل إلى عمر عامين. يجب علينا تحري الدقة في تربية أطفالنا والحرص على اتباع الأساليب العلمية الحديثة في التربية، وكذلك البعد عن الأساليب الخاطئة في تربية الأطفال؛ كي ينعم أطفالنا بنشأة اجتماعية جيدة وسليمة.





ساعد طفلك على اتخاذ القرار

ساعد طفلك على اتخاذ القرار في أمور بسيطة تتصاعد بالتدريج، وأثن عليه إذا وفق في قراره، وشجعه على إعادة النظر إذا لم يوفق، واسأله عن رأيه في شؤون المنزل وفق مرحلته العمرية؛ حتى يعتاد تحمل المسؤولية.



احترام مشاعر الطفل

احترم مشاعر طفلك وقدرته على الرفض، فهو مثلك ربما لا يتقبل هذا الأمر أو ذاك في وقت معيَّن بينما يتقبله في وقت آخر، وقد يرفض من أجل إثبات ذاته واختبار قدرتك على فهم موقفه . دافع عنه دائمًا، وكن سندًا وعونًا له وقيمة يستمد منها الحماية والمؤازرة والحب.



لا تحقد على طفلك

لا تجعل طفلك يشعر أنك تحمل تجاهه حقدًا أو ضغينة بسببه وشتمه وضربه بشكل مستمر، اترك لأبنائك أوقاتًا ليعيشوا طفولتهم وتنمو قدراتهم.





الإيحاء

ابتعد عن الإيحاء السلبي واستخدم الإيحاء الإيجابي، ويفضل دائمًا توفير البدائل، فعندما تمنع طفلك من شيء حاول أن توفر له البديل إذا أمكن. مثال : لا تقل لطفلك: قم صلِّ وإلا ستذهب إلى النار، بل قل: تعال وصلِّ معي؛ لنكون معًا في الجنة.



نوبات الغضب

تعد نوبات الغضب من مشاكل السلوك العادية عند الأطفال ومن أساسيات نمو الطفل، إذا لم يغضب طفلك وتعلم كيف يتعامل مع غضبه في مرحلة مبكرة فإنه سيجد صعوبة بالغة في التعبير عن مشاعره، وأن يتصرف بصورة لائقة عندما يكبر.



الصدق والكذب

من الخطأ أن نظن أنّ الطفل الصغير لا يفرِّق بين الكذب والصدق، فالطفل يولد على الفطرة ولكنه يتعلّم الكذب أو الصدق والأمانة من بيئته التي تحيط به، فالكذب صفة مكتسبة، وعادة ما يكون عرضًا ظاهريًا لدوافع نفسية تجيش في نفس الطفل.





الكذب الخيالي

ينبغي التأكيد على أنّ هناك نوعًا من الكذب يسمى الكذب الخيالي، ولا نستطيع أن نصفه بالكذب وهو ما قد يشاهد عند الأطفال الصغار في سن الرابعة مثلًا، فإذا جاء طفل في الرابعة من عمره بقصة من نسج خياله فلا يصح أن نعتبرها كذبًا، فالطفل ذو خيال خصب وهو في تلك السن لا يستطيع التمييز بين الواقع والخيال، وكلما زادت سنُّه استطاع أن يفرق بين الحقيقة والخيال ويتلاشى هذا النوع من الكذب.



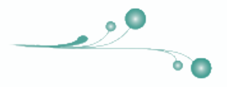
التدليل الزائد

التدليل الزائد والتعلق المفرط بالطفل وخاصة من الأم يؤدي إلى نتائج خطيرة على نفسيته وتصرفاته، وقد يكون من آثاره زيادة الخجل والانطواء، وكثرة الخوف، وضعف الثقة بالنفس، والاتجاه نحو الميوعة، والتخلف عن الأقران .



الطفل المدلل

هو طفل قلق بطبعه يستعجل الأمور، ويحكم على المواقف بسرعة دون تفهم وعلى مستوى شخصي وليس المستوى الموضوعي المطلوب.





أنانية الطفل المدلل

تسيطر على الطفل المدلل الأنانية وحب السيطرة على إخوته والعنف في تصرفاته معهم؛ لإحساسه بالتميز عنهم. إن كان التدليل المفرط له آثار سيئة وسلبية على الطفل فإن القسوة المفرطة أيضًا لها آثارها وعواقبها السيئة عليه، فالقسوة المفرطة تبلد الإحساس لدى الطفل، وتجعله جبانًا مهينًا لا يستطيع القيام بحق أو نصرة مظلوم، وتولد عنده العناد والانتقام في بعض الأحيان.



من آثار خداع الأطفال

- عدم ثقة الأطفال فيما تقوله الأسرة حينما يكبر قليلًا، ويستطيع الحكم على الأمور أو أن يكون له مصدر آخر للمعلومة، وهو ما تشتكي منه الأسرة في مرحلة المراهقة.
- هذه المعلومات المغلوطة أو الخداع المعرفي يؤثر على المخزون العقلي للطفل الذي يعتبر الأسرة مصدرًا لكل ثقته، ويعرفون كل شيء.



أخطاء في تربية الأطفال

- الكذب وعدم الوفاء بالوعود .
- إخافتهم من أمور مختلفة؛ ليلبوا ما نطلبه منهم أو المبالغة أو الإكثار أو جعلها الأصل من الوعد بالمكافآت المادية والمعنوية إذا لبوا ما نطلبه منهم.



- السخرية منهم إذا فعلوا (أو قالوا) أشياء لا نراها صحيحة نحن الكبار.
- الاستخفاف بمشاعرهم .
- الإكثار من توجيههم أثناء لعبهم أو قيامهم بأي نشاط كالرسم وغيره.
- محاولة اختزال سنوات طفولتهم بفرض عالم الكبار وأنماطهم عليهم.
- إملاء الأوامر عليهم بدون حوار ومحاولة إقناع.
- عدم الصبر على ما يلفت انتباههم بحجة سخافته بالنسبة لنا .
- المقارنة بينهم وبين أقرانهم .



الصرامة والشدة

يعتبر علماء التربية والنفسانيون أسلوب الصرامة والشدة أخطر ما يكون على الطفل إذا استخدم بكثرة، فالحزم مطلوب في المواقف التي تتطلب ذلك، أما الشدة والصرامة فيزيدان تعقيد المشكلة وتفاقمها حيث ينفعل المربي فيفقد صوابه، وينسى الحلم وسعة الصدر، فينهال على الطفل معنفًا وشاتمًا له بأقبح وأقسى الألفاظ، وقد يزداد الأمر سوءًا إذا قرن العنف والصرامة بالضرب.



قسوة الكبار

قد يعلل الكبار قسوتهم على أطفالهم بأنهم يحاولون دفعهم إلى المثالية في السلوك والمعاملة والدراسة، ولكن هذه القسوة قد تأتي برد فعل عكسي فيكره الطفل الدراسة، أو يمتنع عن تحمل المسؤوليات، أو يصاب بنوع من البلادة. كما أنه سيمتص قسوة وانفعالات وعصبية الكبار فيختزنها، ثم تبدأ آثارها تظهر عليه مستقبلًا من خلال أعراض العصاب الذي ينتج عن صراع انفعالي داخل الطفل، وقد يؤدي هذا الصراع إلى الكبت.



عامله كأنه كبير

عامل طفلك وكأنه كبير، واترك مساحة من الحوار بينكما، بل ينبغي أن تحدثه، فالأطفال يفهمون لغة الكبار أو يشعرون بأمهاتهم على الأقل فتكون الأمانة أكبر عليك من أبيه.

احرصي أيتها الأم على عدم إهمال نظافته الشخصية بتاتًا، إنها أكثر العوامل التي تعكر مزاج الأطفال.



